طاقة الحياة

الدفاع النفسي الطاقي

في المسكن ومكان العمل



المعلم تشوا كوك سوي

دار الخيال

PRACTICAL PSYCHIC SELF-DEFENSE FOR HOME & OFFICE

الدفاع النفسي الطاقي

في المسكن ومكان العمل

العنوان الأصلي للنسخة الانكليزية:

PRACTICAL PSYCHIC SELF-DEFENSE FOR HOME AND OFFICE
BY (MASTER GHOA KOK SUI)

تأليف: **المعلم تشوا كوك سوي**

ترجمة: **باسل ديب داود**



للطباعة والنشر والتوزيع
بناية يعقوبيان بلوك ب طابق 3- شارع الكويت
المنارة - بيروت - 2036 6308
لبنان - تلفاكس : 740110-009611
E-mail: alkhayal@inco.com.lb

الاخراج والتنفيذ دار الخيال للطباعة والنشر والتوزيع
الطبعة الأولى 2005



المعلم الكبير تشوا كوك سوي
المؤسس الحديث للعلاج بالبرانا والأرهاتيك يوغا

Books by Master Choa Kok Sui:

Miracles Through Pranic Healing
Advanced Pranic Healing
Pranic Psychotherapy
Pranic Crystal Healing
Practical Psychic Self-Defense for Home and Office
Meditations for Soul Realization
Universal & Kabbalistic Meditation on the Lord's Prayer
The Spiritual Essence of Man:
The Chakras and The Kabbalah

Master Choa Kok Sui Tapes and CDs:

Meditation on Twin Hearts for Peace and Illumination
Meditation on Twin Hearts with Self-healing
Meditation on Twin Hearts
for Psychological Health and Well-Being
Meditation on the Soul
Wesak Festival Meditation
OM The Sound of Stillness
OM Shanti
Meditation on the Lord's Prayer: Universal & Kabbalistic
Arhatic Yoga Kundalini Meditation: Meditation on the
Inner Breath (for Arhatic yogis only)
Arhatic Dhyan (for Arhatic yogis only)

المحتويات

مُقدّمة

يشرفني أن أشارك القارئ العربي ببعض الخواطر والحوادث التي علمت بها وكيف ساعد هذا الكتاب الصغير والفريد من نوعه على تخطي أحداث كنت أعتقد بأنها تفوق مقدرة الإنسان العادي.

لي زميلة في ولاية لوس أنجلوس كانت تحضر معي هذا الدرس عن «الدفاع النفسي العملي للبيت والمكتب» بإشراف الكاتب نفسه المعلم القدير تشو اكوك سوي. حيث صادفها وزميلتها شخص أراد أخذ أموالهما فهددهما بالقتل في مصف للسيارات في القبو الثالث تحت الأرض. لكن الشخص العنيف أسقط مسدسه وركض هارباً بعد تطبيق الحلول البسيطة من إحاطة الجسم بالبويضة الذهبية وإرسال البركة الإلهية.

صدّق أو لا، إنما هي حادثة حقيقية، فالصبيتان قامتا بتهريب المجرم فقط بالنور وهدوء الأعصاب وبإرسال القوة الروحية من الداخل!!!

حادثة أخرى، حيث كنا في كولومبيا في مدينة كالي، التي اشتهرت فيها في الأعوام الأخيرة حوادث خطف كثيرة. حيث تصادف

مرة أن كان أحد المخطوفين إبن ممارس قدير بالطاقة من تلامذة المعلم تشوا. الذي ظل لمدة ساعتين مكبلاً بالقيود في السيارة الخاطفة. وبعد أن علم الوالدان بالتهديدات وطلب الفدية المالية الكبيرة، قاموا بمباركة الأعداء وإرسال النور الإلهي إلى عقول المجرمين والمحبة الإلهية إلى قلوبهم والقوة الإلهية ليقوموا بالأفعال الصحيحة... بعد ذلك أوقف الخاطفون السيارة فجأة في مكان ما وأطلقوا سراح المخطوف وقالوا له لا نعرف لماذا، لكن يجب أن تذهب عنا ولا نريد خطفك بعد الآن!!

ساعدني هذا الكتاب في فهم أشياء كثيرة ورؤية العوالم الخفية وتفسير الضيق النفسي والتعب الجسدي، التي لم يكن لها تفسير عندي سابقاً. فهمت أنّ فكر الإنسان قوي وفعال في تغيير الأحداث وأن قلب الإنسان وعواطفه وكذلك أفعاله كلها باتت من القوة في هذا العصر، وأنه قد آن الأوان لأن نفهم أسرار العوالم الخفية ولأن نعلم بأن كل فعل، فكر، أو انفعال نبثه باتجاه أي شخص يكون له تأثيره القوي الفعلي، حتى على أموره الحياتية المادية. لذلك فإن حماية ذواتنا وأجسامنا المرهفة من الهجومات السلبية التي يبثها الآخرون أمر ضروري، هو من السهولة بمكان إذا ما استخدمنا المعلومات المعروضة بشكل مبسط في هذا الكتاب. كما يجب مراقبة أفكارنا وأقوالنا وأفعالنا، إذ إننا مدعوون لنساهم في خلق عالمنا ومحيطنا. ليتبارك القارئ العربي بالحماية الإلهية والرعاية، وليُشكر المعلم القدير تشوا كوك سوى على إلهامه ومساعدته المستمرة.

بقلم يولاندا سمارة

(مؤسسة معهد المعالجة بالطاقة في فرنسا
والمعهد العربي للأرهاتيك يوغا في سوريا)

مُقدّمة المؤلف

قام المُؤلّف في سنوات شبابه، باختبار الهُجُوم النّفسيّ والدّفاع النّفسيّ مع صديق حميم، وهذا الكتاب هُو حصيلة تلك التّجارب المُبكّرة.

إنه لمن المُلاحظ بأنّ علم الطّاقة الشّفافة قد غدا أكثر شعبيّة، خُصُوصاً في مجال المُعالجة الطّاقيّة. لسُوء الحظ، ستُوجد على الدّوام قلّة مُنحرفة من مجانين العظمة الّذين سيسيئون استعمال العلم الإلهي الرّامي إلى خدمة الجنس البشري وسيفسدونه. هذا الكتاب هُو التّرياق. إنّه يُزوّدك بوصفات لكيفيّة حماية نفسك ولكيفيّة مُعاملة عديمي الضّمير الّذين يُسيئون استخدام التّعاليم الرُّوحيّة.

لكتابة الكتاب سبب آخر هُو التزوُّد بوسيلة استخدام يوميّة عمليّة للدّفاع النّفسي لتحسين نوعيّة الحياة. يُمكن تطبيق التّعاليم في البيت وفي العمل. هذه التّقنيّات سهلة ويُمكن استخدامها في الحال.

في هذا الكتاب الكثير من التّعاليم القديمة النّفيسة وتقنيّات ظلّت سرّاً لآلاف السّنين. يتطلّب تعلُّم ما يحتويه هذا الكتاب من طلاب الأيزوتيريك اعتماداً على بحثهم الشّخصي الخاص من عشر سنين إلى عشرين أو حتّى أكثر.

من المُهمّ ألاّ يتمّ استخدام هذه التّقنيّات والتّعاليم بصُورة سيّئة في إيذاء النّاس أو السّيطرة عليهم. فليس من الصّواب القيام بذلك والعواقب الكارميَّة ستكون خطيرة إلى حدٍّ كبير. قد تُثير هذه التّعاليم القديمة اهتمامك بالعُلُوم الرُّوحانيَّة وتُساعدك على النُّموّ رُوحيّاً.

مع المحبّة والبركات:

المُعلّم تشوا كوك سوي

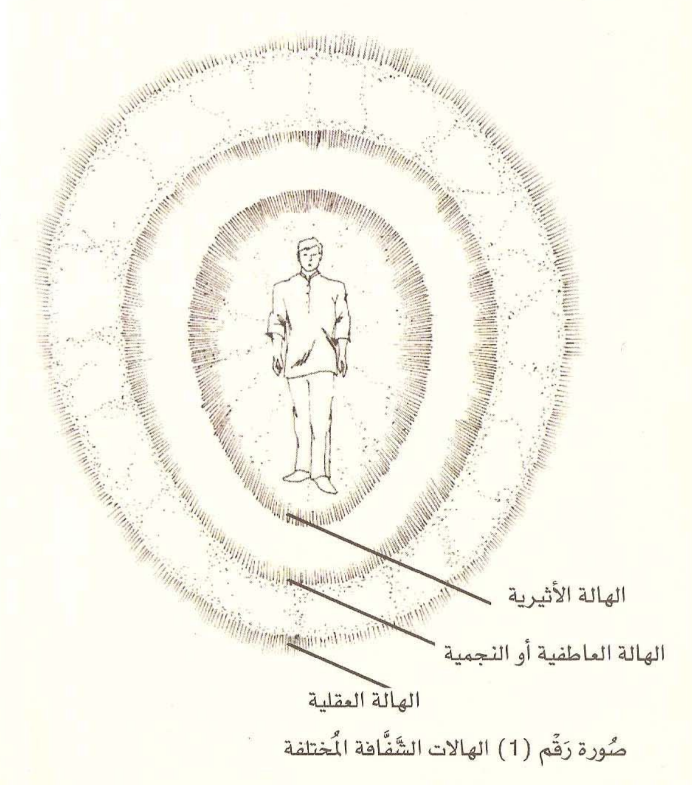
الفصل الأوّل

مبادئ ومفاهيم أساسيّة

- ما هُو الدِّفاع النّفسيّ؟
- هالات وأجسام شفّافة مُختلفة.
- التّفكير والمشاعر تُنتجان كينونة فكريّة وحقلاً شُعاعيّاً نفسيّاً.
- الفارق بين الكينونة الفكريّة وحقل الإشعاع النّفسيّ.
- استخدامات الدِّفاع النّفسيّ.
- الأفكار السّلبيّة.
- حُقُول الإشعاع النّفسيّ.
- التّلوُّث النّفسيّ والتّلويث النّفسيّ.
- مبدأ الجذب والنّبذ.
- الشّاكرات الرّئيسيّة.
- العناصر.
- أنماط ومصادر الهجمات النّفسيّة.
- قانون الكارما.
- الآثار الكارميّة الخطيرة.
- إبطال الكارما السلبية.

ما هو الدّفاع النّفسيّ؟

هُو العلم والفن الّذي يحميك من الهجمات النّفسيّة الّتي تحدث بصُورة واعية أو غير واعية. تعد تقنيّات الدّفاع النّفسيّ الموجودة في هذا الكتاب مُحبَّبة الاستعمال. فمن السّهل تعلُّمها ويُمكن تقريباً تطبيقها في الحال.



صُورة رَقْم (1) الهالات الشّفّافة المُختلفة

هالات وأجسام شفّافة مُختلفة

من المُهمّ لفهم آليّة الدّفاع النّفسيّ، التّعرُّف على الهالة البشريّة.

ما هي الهالة؟ الهالة حقل طاقي يُحيط بالجسم. توجد وفقاً للتّعاليم القديمة، أنماط مُختلفة من الهالات تتبع أنواع الأجسام الرّقيقة المُختلفة.

1 ـ أوّلاً، لديك الجسم المادّي.

2 ـ الجسم الطّاقيّ هُو الجسم التّالي للجسم المادّي المُسمّى بالجسم الأثيري أو البيوبلازمي.الذي يخترق الجسم المادّي ويتجاوزه. فهوالنّاقل المُستخدم لتنشيط وتقوية الجسم المادّي. إنّه نموذج الجسم المادّي وله هالة تُدعى الهالة الأثيرية.

3 ـ كذلك لديك جسم عاطفيّ أو نجميّ. وهالته معروفة بالهالة العاطفيّة أو النّجميّة. عندما يُفارق الجسم المادّي الحياة تُتابع الرُّوح العيش مُستخدمة الجسم النّجميّ، الأكثر رقّة من الجسم الأثيري.

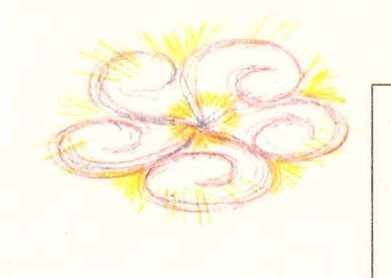
4 ـ التّالي على الجسم النّجميّ هُو الجسم العقلي. إنّه أداة التّنقل بالنّسبة للعقل أو الفكر. أرقّ من الجسم النّجميّ وله هالة تُسمّى الهالة العقليّة.

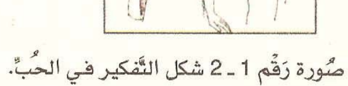
ثمّة أجسام شفّافة أُخرى أيضاً، لكنّنا سوف نُركّز على هذه الأجسام الأربعة.

التّفكير والمشاعر تُنتجان كينونة فكريّة وحقلاً شعاعيّاً نفسيّاً

يرتبط التّفكير بالمشاعر بصُورة وثقى كُلٌّ إلى الآخر ذلك أنّ البشر

نادراً ما يُفكِّرون بمعزل عن المشاعر أو يشعرون بدُون تفكير. فكلا الشّاطين مجدولان بإحكام. عندما نستخدم كلمة «تفكير» في هذا الكتاب، فإنَّها لن تعني عمليَّة عقليَّة فقط. إنَّها تقتضي العمليَّة العاطفيَّة.





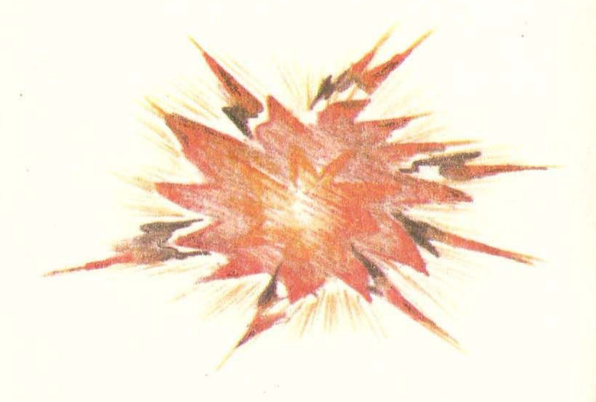
صُورة رَقْم 1 ـ 2 شكل التَّفكير في الحُبّ.



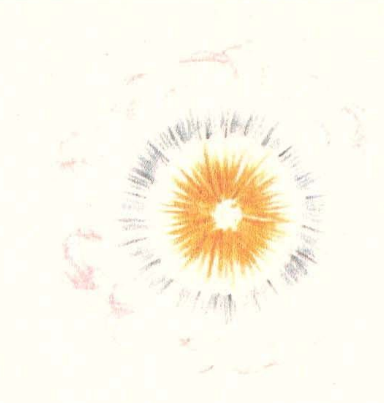
صُورة رَقْم 1 ـ 3 شكل التَّفكير في الطُّمُوح البدني.



صُورة رَقْم 1 ـ 4 شكل التَّفكير في الإثارة (السخط).



صُورة رَقْم 1 ـ 5 شكل التَّفكير في الغضب.



صُورة رَقْم 1 ـ 6 شكل التَّفكير في التعليم المُتحجّر.



صُورة رَقْم 1 ـ 7 شكل التَّفكير في الخوف.

ما الَّذي يحدث خلال عمليَّة التَّفكير والشُّعُور؟ اعتماداً على التَّعاليم القديمة وعلى الأبحاث الاستبصارية لـ (Annie Besant) و(C. W. Lead beater) يُوجد نوعان من الظَّواهر تحدث:

1 ـ **أنت تخلق كينونة فكريَّة**. إنها كائن حيوي ينتج عبر عمليَّة التَّفكير. تكون الكينونة الفكريَّة العاديَّة غالباً ضعيفة للغاية ذلك أنَّ مُعظم النَّاس ليس لديهم معرفة بعلم وفن خلق كينونة فكريَّة قويَّة. فتكون ديمومتها في الغالب قصيرة جدَّاً. تُخلق الكينونة الفكريَّة من عناصر أثيريَّة، ونجميَّة وعاطفيَّة، وعقليَّة تأتي من أجسامك الأثيريَّة، النَّجميَّة والعقليَّة. وهذا سبب تسميتها كينونة فكريَّة ـ عقليَّة ـ عاطفيَّة ـ أثيرية أو ببساطة كينونة فكريَّة. تُسمَّى الكينونة الفكريَّة أيضاً قالباً فكريَّاً في التَّعبير الأيزوتيريكي، لأنَّه عندما يُفكِّر الإنسان، فإنَّ قالباً من الطَّاقة يُنتج. يُمكن أنْ يُشكَّل القالب الفكري بصُورة جيدة أو على نحو غير واضح. الأوضح هُو التَّفكير الَّذي يتمُّ إنتاجه، بينما يكون المُحدَّد بصُورة أفضل قالباً فكرياً. إذا كانت عمليَّة التَّفكير مُشوَّشة، فإنَّ القالب المنتج سيكون غامضاً أو مبهماً.

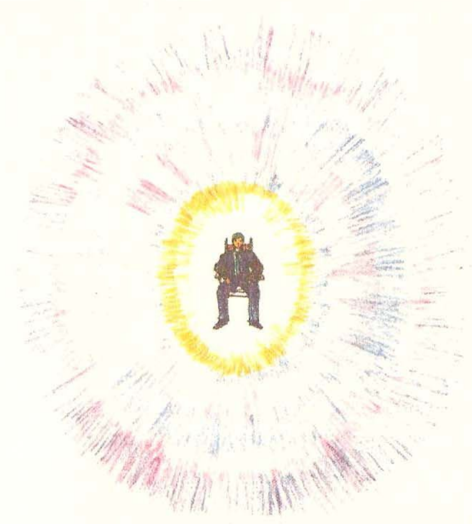
يُمكن أنْ تكون الكينونة الفكريَّة إيجابيَّة أو سلبيَّة، مُتوقِّفة على أفكار وعواطف الفرد. فبينما يُولِّد الغضب كينونة فكريَّة سلبيَّة تُولِّد الشَّفقة كينونة فكريَّة إيجابيَّة.

للتَّبسيط، سوف نستخدم كلمة تفكير لتعني «كينونة فكريَّة» أو «قالباً فكريا».

2 ـ **أنت تخلق حقلاً شعاعيَّاً نفسيَّاً**. ماذا يعني هذا؟ إنه كمثل برج الإرسال التَّلفزيونيّ عندما يُرسل أو يُطلق إشارات.إنك، بنفس الطَّريقة،

تُطلق حقلاً طاقيّاً، عندما تُفكِّر في شيء ما. هذا الحقل الشُّعاعيّ النَّفسيّ يُنتج أيضاً من عناصر أثيريَّة عاطفيَّة وعقليَّة.

قد يغضب شخص مثلاً، من شخص مُحدَّد لكنَّه بسبب أنَّه يشعُّ حقلاً طاقياً من الغضب، فإنَّ المُحيطين به يتأثَّرون أيضاً. بالطَّريقة نفسها، عندما تتَّصل بشخص سعيد، فإنَّك تُصبح سعيداً أيضاً. سبب ذلك أنَّ هذا الشَّخص يشعُّ حقلاً طاقياً من السَّعادة. عندما يطلق شخص ما حقلاً طاقياً من الابتهال، أنت سوف تبتهل - حتَّى لو كان كُلٌّ منكما يتضرَّع لإله مُختلف. فبينما أنت تُصلِّي للسَّيِّد المسيح، رُبَّما تكون صلاته مُوجَّهة إلى كريشنا.



صُورة 1 ـ 8 حقل شُعاعيّ نفسي.

الفارق بين الكينونة الفكريَّة وحقل الإشعاع النَّفسيّ

إلى أيِّ مدى تختلف الكينونة الفكريَّة عن حقل الإشعاع النَّفسيّ؟ تشتمل الكينونة الفكريَّة على المُحتوى الدَّقيق لأفكارك وعواطفك، بينما يحتوي حقل الإشعاع النَّفسيّ على نوعيَّة هذه الأفكار والعواطف.

استخدامات الدِّفاع النَّفسيّ

تُوجد استخدامات مُتنوِّعة للدِّفاع النَّفسيّ:

1 ـ لحمايتك من كينونات التَّفكير السَّلبيّ.

2 ـ لحمايتك أو تحصينك من حُقُول الإشعاعات النَّفسيَّة الوسخة والفاسدة.

3 ـ لامتصاص الطَّاقات أو الأفكار السَّلبيَّة وطردها مثل الغضب أو التَّوتُّر في البيت أو المكتب.

4 ـ للتَّحطيم النَّفسيّ للطَّاقات أو الأفكار السَّلبيَّة في مكان مُحدَّد.

الأفكار السَّلبيَّة

ما هي الأفكار السَّلبيَّة الَّتي يتوجَّب عليك حماية نفسك منها؟

1 ـ فكرة الضُّعف

إنَّ العديد من الهجمات النَّفسيَّة لا تكون في الحقيقة مقصودة. على سبيل المثال، كان هناك عائلة مُعيَّنة ينتقد فيها الأب والأُمُّ ابنتهما بصُورة مُعتادة. كانا يسخران منها ويُسمعانها عبارات الاستخفاف عندما كانت تُخطئ. فعلى الرَّغم من حُبِّهما لها، فإنَّ أفكار وكلمات الاستخفاف

المُتكرِّرة أدَّت إلى قلَّة احترامها لنفسها، وإلى قلَّة الثِّقة بنفسها، وإلى الشُّعُور بعدم الاستقرار.

إنَّ لملاحظات السُّخرية المُتكرِّرة والانتقادات أثراً نفسيّاً خطيراً مُؤذياً على الضَّحيَّة. عندما يتمُّ قُبُول فكرة سلبيَّة من قبل الهالة ومن قبل بعض الشَّاكرات (شاكرات القُوَّة) عند الضَّحيَّة، فإنَّها ستنعكس في تكوين فكرة بائسة عن الذَّات، وانخفاض في مُستوى الثِّقة بالنَّفس، ممَّا سيُعيق نجاح الضَّحيَّة المُستقبليّ. تُسمَّى الأفكار السَّلبيَّة الَّتي تترسَّخ في شاكرات الضَّحيَّة أحياناً برامج سلبيَّة عند الكُتَّاب الَّذين يكتبون في مجال الاعتماد على الذَّات. في مُعظم الأحوال، يحصل ترسيخ للأفكار السَّلبيَّة في شاكرا شخص آخر بصُورة غير مقصودة عادة. إنَّ الأثر يبقى خطراً من النَّاحية النَّفسيَّة سواء كان ذلك مقصوداً أم لا. قد يكون بعضكم اختبر ذلك، ليس عبر الوالدين بالضَّرورة، بل من قبل بعض الأشخاص الآخرين. هذا واحد من الأسباب الَّتي تجعلنا بحاجة إلى تعلُّم الدِّفاع النَّفسيّ.

2 ـ فكرة العُدوانيَّة

ينبغي عليك أيضاً حماية نفسك من الأفكار العُدوانيَّة. هناك في بعض البُلدان رواج لطريقة البيع للمنازل. نجد أحياناً أنَّ الأشخاص الَّذين يسلكون هذا الشكل من النَّشاط يكونون عُدوانيِّين إلى حدٍّ كبير. فبحسب خبرتهم، يُمكنهم توليد أفكار قويَّة، عُدوانيَّة، مُقنعة يتمكَّنون من خلالها بيعك أشياء لا تحتاجها فعلاً. إذا كُنت تعرف الدِّفاع النَّفسيّ، فإنَّك ستحمي نفسك وكمِّيَّات وفيرة من أموالك.

3 ـ فكرة التَّكبُّر

يُسلِّط النَّاس عليك في بعض الأحيان «أفكار التَّكبُّر» . ليس عليهم

الإدلاء بمُلاحظات مُزعجة مُستخفَّة، لكنَّ أفعالهم تطلق أفكاراً سلبيَّة تفيد بأنَّك غبيٌّ، جاهل، عديم الفائدة، أو أنَّك غير محلٍّ للثِّقة. إنَّ الأشخاص الَّذين لديهم مشاعر دُونيَّة عميقة راسخة لكنْ مع حدٍّ مُعيَّن من النَّجاح قد يشعرون بالحاجة إلى الحطِّ من قيمة الآخرين نفسيّاً. بعض الأشخاص المُتحدِّرين عمَّا يُسمَّى «الطَّبقة الاجتماعيَّة الرَّاقية» يُمارسون هذا أيضاً. أنت تحتاج بلا شكٍّ إلى حماية نفسك من هذا النَّوع من الهُجُوم النَّفسيّ.

4 ـ فكرة التَّمييز العرقي

هُو الشَّكل الأسوأ من الهُجُوم النَّفسيّ لأنَّ الضَّحيَّة ليس مُجرَّد فرد، بل هُو عرق بكامله أو بلد. التَّمييز العُنصري هُو أمر فظيع. إنَّه يُؤدِّي إلى مُعاناة كبيرة وإنهاك وظُلم اجتماعي. يُمكن أنْ تُسلَّط فكرة التَّمييز السَّلبيَّة شفهيّاً أو عقليّاً. لقد لُوحظ استبصارياً بأنَّه حتَّى الهالات عند ضحايا التَّمييز العُنصري تكون مُمتلئة بأفكار سلبيَّة من الدُّونيَّة، البُغض، اليأس والظُّلم، اتِّهامات خفيَّة بالإجرام مُسلَّطة من قبل أصحاب التَّمييز العُنصريّ التَّطرِّيِّين. يكون هؤلاء الضحايا عرضة لقذائف نفسية متكررة يومية. بالتالي من الهام التدرّب على الوقاية النفسية لصد الأفكار العنصرية وإعادتها إلى مرسليها.

5 ـ فكرة الاستعباد (الرّق)

ماذا تعني فكرة الاستعباد؟ تُوجد حالات يُصبح فيها بعض الرِّجال مُتعلِّقين بامرأة ما إلى حدٍّ انتفاء ما هُو عقلي في أفعالهم. إنَّهم مُستعدُّون لتدمير عائلاتهم وفقدان كُلِّ شيء فقط من أجل امرأة هي ليست زوجة أو أماً لأطفالهم. الشَّيء ذاته يحدث للمرأة. هذا جُنُون مُطلق. لا يُمكن التَّحاور مع مثل هؤلاء. الحلُّ هُو أن تستخدم العلاج البرَّاني أو القطع المُتكرِّر لحبل الطَّاقة الجنسيَّة بين الأشخاص المُتواصلين.

6 ـ فكرة العُنف

عندما ينشأ نزاع بين أشخاص أو تراشق بكلمات بذيئة، فإنَّ هؤلاء المُتورِّطين يُمكن أنْ يُسلِّطوا أفكاراً قويَّة من العُنف. قد تظهر هذه الأفكار العنيفة بصُورة أمراض نفسيَّة. يُمكنك تحصين نفسك والاحتفاظ بهُدُوئك عبر استخدام الدِّفاع النَّفسيّ.

حُقُول الإشعاع النَّفسيّ

بالإضافة إلى التَّعرُّض لهجمات من كيانات فكريَّة سلبيَّة، فإنَّه من المُمكن أيضاً أنْ تتعرَّض للتَّلوُّث من قبل حُقُول إشعاعات نفسيَّة عاطفيَّة عقليَّة وسخة وفاسدة. يُسمَّى هذا «تلويث نفسي».

ما هي بعض الحُقُول الإشعاعيَّة النَّفسيَّة الفاسدة الَّتي عليك التَّحصُّن منها؟

يُوجد في بعض مكاتب العمل ضغط عمل كبير. حيثُ يكون فضاء المكتب مُشبعاً بطاقة من الشدِّ. فيكون المزيد من التَّوتُّر، والقلق والضَّغط النَّفسيّ. من السَّهل إزاء الشَّخص الحسَّاس أنْ يتأثَّر نفسيّاً بطاقة الشَّدّ الَّتي تشعُّ من باقي أعضاء طاقم العمل. في هذه الحالة سيكون الدِّفاع النَّفسيّ مُفيداً للغاية.

عليك التَّنبُّه إلى مُختلف حُقُول الطَّاقة النَّفسيَّة الَّتي تشعُّ في مُدُن وبُلدان مُختلفة. ففي بعض المُدُن الضَّخمة، يكون أناسها في استعجال دائم، دائماً في حركة وعُدوانيِّين إلى حدٍّ كبير. تتَّسم حُقُولهم الطَّاقيَّة بصُورة أساسيَّة بالعُدوانيَّة والنَّشاطات الأكثر سُرعة. لذلك، سواء أعجبتك أم لا، فإنَّك عندما تكون في مثل هكذا مدينة، ستتأثَّر بحقل طاقتها في غُضُون ساعات أو أيَّام فقط. إنَّها أشبه بوضع قطعة قماش

بيضاء في صبغة حمراء. ما الَّذي سيحدث؟ ستتلوَّن القطعة باللَّون الأحمر. وإذا وُضعت في صبغة سوداء ستغدو سوداء. لكنْ إذا أردت الإبقاء على اللَّون الأصلي للقماش الأبيض، عندها عليك بفعل شيء ما لها. بنفس الطَّريقة إذا أردت الاحتفاظ بهُدُوئك في مدينة كبيرة صاخبة، عليك عندها القيام بوقاية نفسيَّة.

ليس لدينا خيار في اختيار أقربائنا. فأحياناً نكون مُجبرين بحُكم الظُّرُوف إلى التَّفاعل مع أشخاص فاسدين. بعض من هؤلاء يكونون مُتشائمين أو كئيبين إلى حدٍّ مُفرط. وعلى الرَّغم من أنَّهم لا يحملون سلبيَّة تجاهك شخصيَّاً فإنَّ طاقة التَّشاؤم والكآبة المُنبعثة منهم باستمرار يُمكن أنْ تلوِّثك. حتَّى لو كُنت ترفض أفكارهم باستمرار، فإنَّه عليك تعلُّم كيفيَّة الوقاية النَّفسيَّة من هذه الحُقُول الطَّاقيَّة السَّلبيَّة، لأنَّها ذات طبيعة إضعافية.

أحياناً يُؤذي الوالدان أولادهم بصُورة غير مقصودة. فالخلاف المُستمرّ بين الزَّوج والزَّوجة يكون له الأثر النَّفسيّ الضَّار على الأطفال. حتَّى لو كان نزاعاً كلاميَّاً داخل غُرفة مُقفلة حيثُ الأطفال لا يسمعون تبادل الكلمات البذيئة، فإنَّ حقل طاقة العُنف الغضبية المُتولِّدة سيظلُّ له أثره النَّفسيّ الَّذي ينعكس على الأطفال. فمن أجل أن يكون أطفالك بصحَّة جيِّدة، على الوالدين تعلُّم كيفيَّة العيش بانسجام وكيفيَّة تقليص الخلاف بينهما كُلٌّ مع الآخر.

من جهة أخرى،حيث يكون الوالدان عُمُوماً مُنشغلين في مُستقبل وسعادة أولادهم. يكون من الضَّروري، في حالات مُعيَّنة، أنْ يقوم الفرد بحماية أولاده المُراهقين نفسيَّاً من التَّلوُّثات غير المرغوب فيها وأنْ يقيهم نفسيَّاً من ضُغُوط المدرسة العقليَّة والعاطفيَّة.

التّلوّث النّفسيّ والتّلويث النّفسيّ

غالباً ما تكتظُّ بعض الأماكن مثل الملاهي، المواخير، كازينوهات المُقامرة، وسائر المُؤسَّسات المُماثلة الأخرى، ببعض الأشخاص الَّذين ينقلون بصُورة غير واعية طاقات نفسيَّة مُلوَّثة. هذه الأماكن تكون مُمتلئة ومُحاطة بسحابة رماديَّة عندما يتمُّ رُؤيتها استبصارياً، ولهذا فهي مُدنّسة نفسيَّاً. عندما تتعرَّض باستمرار إلى هذا النَّوع من الأجواء، فإنَّك في نهاية الأمر سوف تُصبح مُلوَّثاً نفسيَّاً.

على سبيل المثال، يكون على رجل الأعمال أحياناً أن يأتي بزبائنه أو مُرافقيه إلى أماكن مُلوَّثة نفسيَّاً. فإذا كان حسَّاساً، فإنَّه سيشعر بضيق في مثل هذه الأماكن. رغم ذلك ليس سهلاً أنْ يقول بأنَّه لن يذهب مع زبائنه؛ بمعنى آخر، قد يخسر صفقة تجاريَّة كبيرة. إنَّه عبر الوقاية النَّفسيَّة يُمكن أن يحمي نفسه من التَّلوُّث وبذلك يتجنَّب أن يُصبح مُلوَّثاً من النَّاحية النَّفسيَّة.

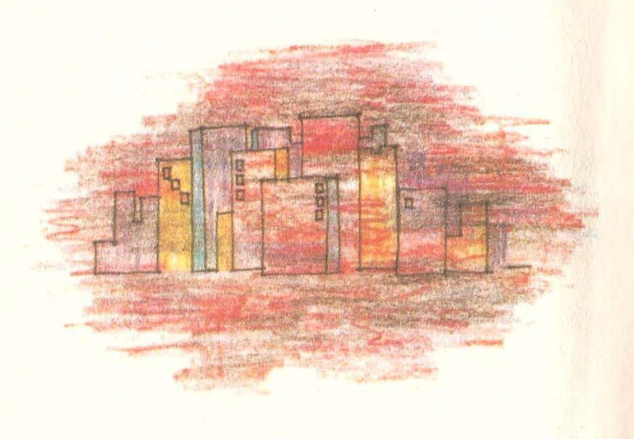
مبدأ الجذب والنّبذ

يُقرِّر مبدأ الجذب والنَّبذ بأنَّ «الصِّفات المُتماثلة تتجاذب؛ والصِّفات المُتضادَّة تتنافر».

إنَّ الأشخاص الَّذين من نوعيَّة مُتشابهة ينجذبون إلى بعضهم البعض. يقول مَثَلٌ شائع «قُلْ لي مَنْ هُم أصدقاؤك أقول لك مَنْ أنت». إذا كان أصدقاؤك لاعبي غولف، تكون أنت على الأغلب بالمثل لاعب غولف. المُقامرون أيضاً يجذبون مَنْ يُحبُّون القمار. بتعابير أُخرى، الأشخاص الَّذين يُفضِّلون نفس الأشياء ينجذبون إلى بعضهم البعض. وبالتَّالي «الشَّبيه يجذب شبيهه». بنفس الطَّريقة عندما يُسلِّط شخص ما عليك

غضباً، فإنَّك سترد غاضباً، ومن ثم تُصبح مُختَرَقاً بهذه الطَّاقة من الغضب. لكنَّك إنْ بقيت هادئاً مُوجِّهاً شُعُور الشَّفقة نحوه، فإنَّ طاقة غضبه لن تُؤثِّر بك، لأنَّه ببساطة «الصِّفات غير المُتماثلة تتنافر».

مع ذلك، ليس كافياً احتفاظك بهُدُوئك شاعراً بالشَّفقة واللُّطف تجاه مَنْ قذفك بطاقة الغضب. فمن المُحتمل وُجُود طاقة غضب سابقة أو طاقات من الهياج تقطن في مكان ما من شاكراتك ناشئة عن إحباط وتوترفي حياتك اليوميَّة. وبالمُحصِّلة، يُمكن أنْ تظلَّ مُختَرَقاً من النَّاحية النَّفسيَّة.



صُورة 1 ـ 9 مدينة مُلوَّثة نفسيَّاً.

الشّاكرات الرّئيسيّة

الشّاكرات هي مراكز طاقة. إنّها أشبه بمحطّات توليد القوّة الكهربائيّة. ولها وظائف عُضويّة ونفسيّة:

1 - **شاكرا الجذر** تُؤثّر على الجسمين المادّيّ والأثيري. إنّها مركز حفظ الذّات والبقاء على قيد الحياة.

2 - **شاكرا الجنس** وهي مركز التّناسل.

3 - **شاكر السرة** مركز غريزة المعرفة.

4 - **شاكرا المينغ مِين** (meng mein) تُسهّل تدفّق الطّاقة من شاكرا الجذر إلى باقي أجزاء الجسم.

5 - **شاكرا الطّحال** وتُؤثّر على مُستوى الطّاقة البرّانيّة عند الإنسان عُضويّاً ونفسيّاً.

6 - **شاكرا الضّفيرة الشّمسيّة** وهي مركز العواطف الدُّنيا مثل الشّجاعة، الغضب، العُدوانيّة، الاندفاع العنيف.

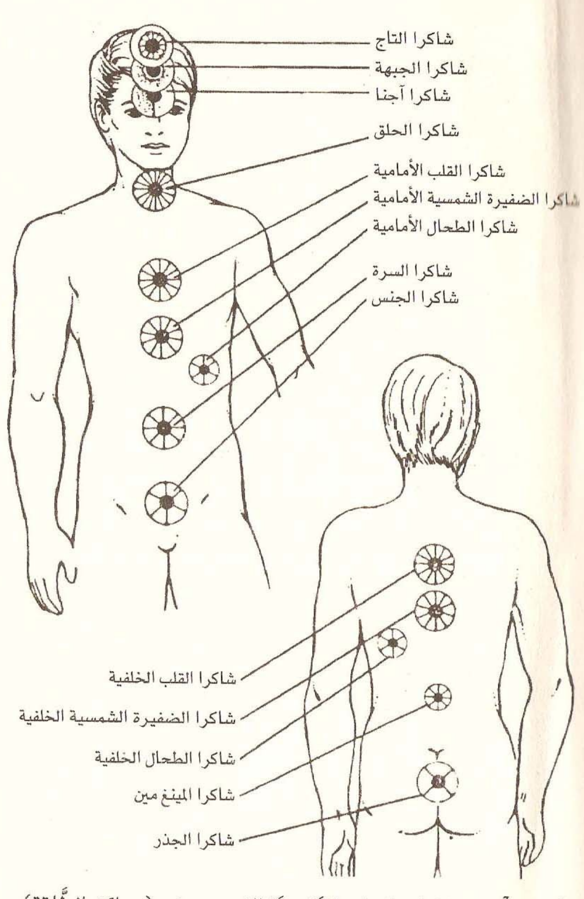
7 - **شاكر القلب** هي مركز العواطف الرّاقية مثل الرّحمة، الشّفقة والحنان والمحبّة. تُؤثّر شاكرتا القلب والضّفيرة الشّمسيّة على الجسم العاطفي.

8 - **شاكرا الحلق** وهي مركز العقل العملي.

9 - **شاكرا آجنا** وهي مركز العقل المُجرّد والإرادة. تُؤثّر شاكرتا الحلق وآجنا على الجسم العقلي.

10 - **شاكرا الجبهة** وهي مركز الحدس الأدنى أو البوذي السفلي أو الوعي المسيحي.

11 - **شاكرا التّاج** وهي مركز الحدس الأعلى، أو البوذي العلوي أو الوعي المسيحي. إذا أردت حماية رُوحيّة عليك استخدام شاكرا التّاج.



صُورة رَقم 1 - 10 الشاكرات الرّئيسيّة الإحدى عشر (مراكز الطّاقة).

العناصر

يقطن العالم المادّي كائنات مُختلفة من - بشر، نَّباتات، حيوانات، وكائنات أُخرى. تُوجد في العالم الرُّوحي أيضاً كائنات مُتعدِّدة كثيرة وهي مُتعذِّرة الرُّؤية على غير الاستبصاريين. فإذا كان في العالم المادّي ثمّة جراثيم، فإنَّ العالم الرُّوحانيّ يحوي عناصر طاقيَّة هي أنواع من كائنات رُوحيَّة صغرى. بعض هذه العناصر طُفيليَّات طاقيَّة وهي مُؤذية للإنسان. عندما يكون شخص ما في حالة غضب شديد، فإنَّه يجذب عناصر سلبيَّة من الغضب. قد يستخدم سحرة الفن الأسود في حالات خطرة عناصر سلبيَّة لإيذاء الآخرين.

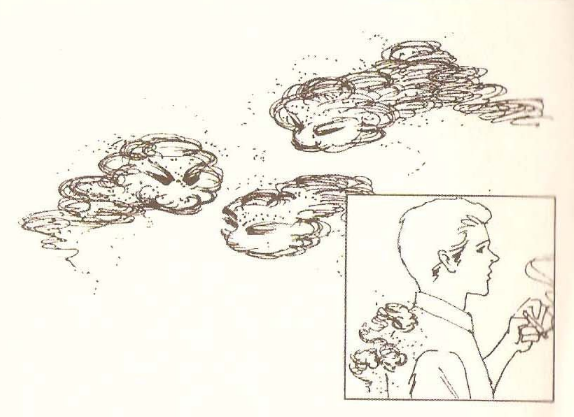
أنماط ومصادر الهجمات النّفسيّة

1 ـ الهُجُوم النّفسيّ العادي

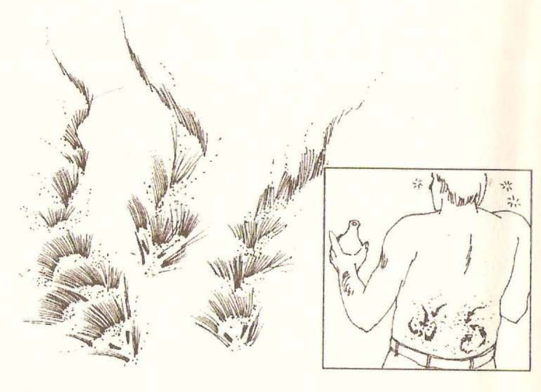
هذا النّوع يأتي من أناس عاديِّيْن. يكون غير ماكر وغير مقصود في العادة. قد يقع الشّخص الّذي يعيش يوماً صاخباً أو مَنْ كان تحت ضغط كبير فجأة في انفجار غاضب. هذا هُو شكل مُعتدل من الهُجُوم النّفسيّ.

2 ـ البرنامج السّلبيّ

يُوجد شكل من الهُجُوم النّفسيّ يُسمَّى «البرنامج السَّلبي». وهُو تفكير سلبيّ يُزرع في الشّخص، فيخلق بذلك نمطاً سُلُوكيّاً سلبيّاً. هذا يُمكن أنْ يحدث بصُورة قصديَّة أو غير قصديَّة. هل قابلت من قبل أشخاصاً عندهم عُقدة التّفوُّق؟ هؤلاء لديهم إيمان مُتضخِّم بأنفسهم. يكون نمطهم السُّلُوكي عُمُوماً النَّظر إلى الآخرين نظرة دُونيَّة. كلماتهم، إشاراتهم وحتى طريقة النَّظر إليك تجعلك تشعر بالدُّونيَّة أو أنَّ ثمَّة ما هُو خطأ فيك. إذا قبلت شُعُوريّاً أو لا شُعُوريّاً بأفكارهم السَّلبيَّة المُسلَّطة نحوك فإنَّ نمطاً سُلُوكيّاً سلبيّاً سينشأ عندك. وبدلاً من أن يكون التّفتّح



صُورة رَقْم 1 ـ 11 العناصر أو الطفيليات الطاقية: عناصر المدخن.



صُورة رَقْم 1 ـ 12 العناصر أو الطفيليات الطاقية: عناصر المدمن.



صُورة رَقْم 1 ـ 13 العناصر أو الطفيليات الطاقية: عناصر مدمن المخدرات.



صُورة رَقْم 1 ـ 14 العناصر أو الطفيليات الطاقية: عناصر المقامر.

التَّدريجيّ لقُدراتك الرُّوحيَّة قابلاً لأنْ يُنجز بصُورة تامَّة وفعالة، يكون معوقاً نفسيّاً واستعادة مهارات مُعيَّنة يُمكن أنْ يُشلَّ جُزئيّاً.

ثمَّة مثال آخر على البرنامج السَّلبيّ هُو الموقف العُنصريّ عند بعض الأشخاص. الَّذين يتصرَّفون بطُرُق تجعلك تشعر بأنَّك تنتسب إلى عرق أدنى أو بأنَّك مُواطن من الدَّرجة الثَّانية. كيف تتعامل مع هؤلاء؟ ببساطة أرفض التَّفكير العُنصريّ المُسلَّط.

إنَّ البرنامج السَّلبيّ المُسلَّط بصُورة غير مقصودة من أعضاء العائلة إلى عُضو آخر يُمكن أنْ يخلق منه شخصاً تافهاً. المسؤوليَّة هُنا تقع على العائلة إلى حدٍّ ما لأنَّ الأفكار السَّلبيَّة الصَّادرة عن أعضائها برمجت هذا الشَّخص ليتصرَّف على نحو مُعيَّن. فإبعاده عن عائلته أو بيئته السَّلبيَّة قد يُحدث تطوُّراً رائعاً لديه.

3 ـ اللَّعنة.

اللَّعنة هي شكل مدروس من الهُجُوم النَّفسيّ. من المُمكن أنْ يقوم بها شخص عاديٌّ أو ساحر مُدرَّب.

4 ـ استخدام الدُّمى أو الصُّور

هُو شكل من الهُجُوم النَّفسيّ يستخدم عادة من قبل السَّاحر. يقوم السَّاحر عادة باستعمال ثياب الشَّخص، مُستخدماً الدُّمية كشيء يُوجِّه تركيزه عليه. هذا لأنَّ للثِّياب صلة مع الجسم الأثيري. وبما أنَّ التَّأثير على الجسم الأثيري يُؤثِّر أيضاً على الجسم المادِّي، فإنَّ السَّاحر، عبر استخدام ثياب الشَّخص، يكون قادراً على إلحاق الأذى بالجسم المادِّي. تستخدم الأبر أيضاً في أجزاء مُعيَّنة من الدُّمية.

5 ـ السَّيطرة العقليَّة

شكل آخر من الهُجُوم النَّفسيّ هُو السَّيطرة العقليَّة. قد يُسيطر

شخص عادي أو ساحر على شخص آخر بصُورة مُتعمَّدة عبر خلق أفكار قويَّة جدًّاً، للتَّأثير من أجل مكاسب ماديَّة أو جنسيَّة على الأرجح.

6 ـ الهُجُومات النَّفسيَّة من قبل سحرة الفن الأسود أو المُشعوذين

ثمَّة مصدر آخر للهُجُوم النَّفسيّ يأتي من سحرة الفن الأسود أو المُشعوذين. لدى أقاليم الفيليبين وأفريقيا وأمريكا الشَّماليَّة، وبُلدان أُخرى سحرة في الفن الأسود. يُمكن لساحر الفن الأسود العادي أنْ يُسبِّب المرض لشخص ما أو بإمكانه إيذاء إنسان ما انتقاماً مُقابل فعل مُؤذٍ. بالمُقابل، يكون السَّحرة المُدرَّبون والمُتطوِّرون خطرين للغاية، لكنْ تكون مُصادفة هكذا شخص بعيدة الاحتمال لأنَّه لا يتعامل مع الأشخاص العاديِّين أو الأُمُور المُبتذلة.

قانون الكارما

يُقرُّ الكتاب المُقدَّس بأنَّ ما يزرعه الإنسان، يحصده. هذه العبارة تُلخِّص ما يُعرف بقانون الكارما. فإذا زرعت حبَّة أرز، فإنَّك ستجني محصولاً مُثمراً من الأرز. وإذا قمت بفعل الخير على نحو مقصود، فإنَّك ستتلقى بالمُقابل خيراً مُضاعفاً بمرَّات عديدة. بنفس الطَّريقة، إذا قمت بما هُو شرٌّ قاصداً، فإنَّه سيعود عليك مرَّات مُضاعفة.

بسبب ما يتضمَّنه قانون الكارما، فإنَّه يجب استخدام القواعد والتِّقنيَّات المعمول بها في علم الدِّفاع النَّفسيّ لغرض الخير فقط.

الآثار الكارميَّة الخطيرة

ما هي العواقب الكارميَّة السَّلبيَّة النَّاتجة عن إساءة استخدام القُوَّة؟ لكي نفهم ما سيُحصد، دعنا بداية نتعلَّم عما قد زُرع.

ماذا يُمكن أنْ يحصل إذا هاجم ساحر شخصاً ما نفسيًّاً؟ قد تُعاني الضَّحيَّة من كرب عقليٍّ أو رُبَّما يغدو فاقداً للتَّوازن العاطفي، وهذا يتوقَّف على قسوة الهُجُوم النَّفسيّ. إذا تأذَّى الهدف نفسيًّاً، فإنَّه سيُصبح مريضاً أو حتَّى، في حالات خطرة، يُمكن أنْ يموت. هل يُمكنه العمل إذا أصبح مريضاً؟ لا. وبما أنَّه غير قادر على العمل، فإنَّه يُصبح مُتأثِّراً من النَّاحية الماليَّة. هل يخلق مشاكل عاطفيَّة لأفراد عائلته أيضاً؟ نعم.

من التَّأثيرات الكارميَّة للسِّحر الأسود الحظُّ السَّيِّئ، الصِّحَّة المُعتلَّة، المرض، الفقر، والجُنُون.

للسَّيطرة النَّفسيَّة والاستعباد العقلي على الآخرين آثار كارميَّة خطيرة. هل قابلت أُناساً مجانين؟ يكون بعضهم مُعذَّبين من النَّاحية النَّفسيَّة وممسوسين بعناصر سلبيَّة. تُؤدِّي النَّتيجة الكارميَّة لسُوء الاستخدام المُتكرِّر لهذا العلم الباطني إلى الجُنُون أو الاستحواذ على العناصر السَّلبيَّة. وقد يُؤدِّي الاستعباد العقلي للآخرين إلى الخرف أو البلاهة.

ثمَّة تأثير آخر لإساءة استخدام القُوَّة يتجلَّى في الاعتلال النَّفسيّ الخطير. في الحالات الخطرة قد يُؤدِّي إلى شَلل طويل الأمد.

يُمكن أن تتجلَّى الآثار الكارميَّة في الخسارات الماديَّة. حيث يعتمد مدى الخسارة الماديَّة على نوع البُذُور الَّتي تَمَّ زرعها. هذا يُمكن أنْ يُؤدِّي إلى صُعُوبات ماليَّة أو إلى الإفلاس الَّذي يُمكن أنْ يستمرَّ لسنوات عدَّة.

تتوقَّف درجة العواقب الكارميَّة لسُوء استخدام القُوَّة في إيذاء الآخرين، على هؤلاء الَّذين سُلِّطت عليهم الطَّاقة السَّلبيَّة. حيثُ تكون العواقب الكارميَّة كبيرة بقدر التَّطوُّر الرُّوحي للضَّحيَّة المرمي.

في بعض الأحيان يُرسل أحدهم طاقة سلبيَّة إلى الآخرين بغير قصد في حالة غضب. قد يدخل الفرد بحالة انفجار عاطفي، لكنّه يعي لاحقاً بأنَّه قد اقترف خطأً؛ من ثم يعتذر. وليُعوِّض نفسيّاً، يُرسل بركاته إلى الضَّحيَّة غير المقصودة. في هذه الحالة، يكون الأثر الكارمي في حده الأدنى.

إن استخدام القُوَّة بطريقة سيِّئة قصداً وعلى نحو مُتكرِّر، يجعلك تُعاني من حركة ارتداديَّة كارمية مُعاكسة خطرة. سيكون التّأثير الكارمي السَّلبيّ عسيراً. إنه لمن المُستحسن عدم إساءة استخدام التَّعاليم الإيزوتيريكية. ومن الحكمة التَّمرُّن على الحنان المحُبّ واللاعنف، واستخدام التَّعاليم من أجل إصلاح الجميع.

إبطال الكارما السَّلبية

هل يُمكنك إبطال التّأثيرات السَّلبيَّة للأفعال الخاطئة؟ إذا تمَّ الأذى بصُورة غير مقصودة وبدُون تعمُّد، عندها يُمكن إبطال مفعولها.

كيف تفعل ذلك؟ عبر استخدام قانون التّسامح وقانون الشّفقة. إنَّ مُسامحة الآخرين المُخطئين معك مُلائم لك لتُعادل آثامك الكارميَّة. إذا سامحت الآخرين، فسيُغفر لك أيضاً. يُمكنك طلب الغفران من الله. يُمكن استخدام قانون الشّفقة لإبطال الكارما السَّلبية. مُمارسة الزّكاة هي طريقة أُخرى لمُساعدة النّاس. إنَّه عبر العطاء تأخذ. و إنناعبر إظهار الشّفقة، نكون أيضاً مُؤهَّلين لها. أنْ تكون مُحسناً، مُفيداً، لا انتقاميّاً، مُؤدِّياً للزّكاة تلك هي تجلِّيات للشّفقة والحنان.

الفصل الثّاني

إغلاق وتقوية الهالة

- تقنيَّة إغلاق الهالة.
- كيف تغلق هالتك.
- مصّاص الطّاقة.
- عدم رد الفعل.
- المُباركة.
- المزيد عن تقنيَّة التّحويل.
- مُعالجة العلاقات عبر المُباركة.
- تقوية الهالة عبر التّدريب الجسماني.
- تقوية الهالة عبر التّأمُّل.
- وضعيَّة التّقوية.
- تقوية الهالة عبر استخدام الكريستال.
- تنظيف الكريستال.
- شحن الكريستال.
- الآثار الجانبيَّة لارتداء الكريستال.

تقنيَّة «إغلاق الهالة»

الهالة البشريَّة هي العامل الأساس الَّذي يُؤثِّر في النِّظام الدِّفاعي النَّفسيّ الطَّبيعي لكُلِّ إنسان. يُمكن أنْ يُؤثر على الإنسان الَّذي تكون هالته ضعيفة بمُنتهى البساطة من قبل الآخرين وفي بعض الحالات يُمكن أنْ يُمسَّ بسُهُولة بعناصر سلبيَّة وطُفيليَّات طاقيَّة. أنْ تجعل هالتك كثيفة مُكتظَّة أو أصغر، هي واحدة من أسهل الطُّرُق لحماية نفسك من النَّاحية النَّفسيَّة. هذا يجعل من الهالة أكثر صُعُوبة على الاختراق نفسيّاً. تُدعى هذه التَّقنيَّة «إغلاق الهالة». التي يُمكن تعلُّمها مُباشرة.

إغلاق الهالة هُو شكل من الدِّفاع النَّفسيّ في منطقة تحت عتبة الوعي. هل لاحظت عندما لا يُؤمن شخص ما في شيء ما أو يرفض التَّأثُّر بشخص ما، كيف يشبك ذراعيه بصُورة عفويَّة؟ وعندما تجد شخصاً يجلس، فإنَّه يُغلق ساقيه أيضاً بصُورة غير واعية. إنَّه بصُورة لا شُعُوريَّة «يُغلق هالته». هذه التَّقنيَّة تكون جيِّدة لحماية نفسك من البيع الملحاح أو عندما تُجبر نفسيّاً على فعل شيء ما عكس إرادتك. يُمكنك إغلاق هالتك أيضاً عندما تكون في مكان شديد الوطأة أو في مكان مُلوَّث نفسيّاً.

لا تستخدم هذه التَّقنيَّة أمام رئيسك أو المُشرف. فهذا قد يُفسَّر نفسيّاً على أنَّه تحدٍّ أو عصيان. القيام بذلك لمرَّة واحدة أو بصُورة مُنتظمة قد يُفقدك عملك. في حُضُور رئيسك أو المُشرف عليك، من المُفضَّل وضع يديك أسفلاً. ما يُفسَّر على أنَّه قابليَّة للتَّعاون والتَّقبُّل.

يجب عدم استخدام هذه التَّقنيَّة في حُجرة الدِّراسة. فمن المُهمِّ العلم بأنَّ نقل المعرفة لا يقتضي بالضَّرورة أنْ يكون فقط شفهيّاً أو بصريّاً، بل أنْ يكون نفسيّاً أيضاً. إنَّ إغلاق الهالة سيكون مُعيقاً حقيقيّاً لمُعدَّل عمليَّة التَّعلُّم.

في الهند، يُغلق الأولاد أذرعهم كدلالة على الاحترام عندما يتكلَّم معهم آباءهم. نشأ هذا العُرف على الأرجح عبر رجل حكيم لاحظ بأنَّ الآباء عندما يُوبِّخون أولادهم، فإنَّ الأولاد لا يحمون أنفسهم، ممَّا قد يُسبِّب الرَّدّ بفظاظة الأمر الَّذي قد يُؤدِّي إلى تمزُّق العلاقة فيما بينهم. لذا فإنَّهم في عمليَّة إظهار الاحترام، فإنَّهم فعليّاً إنَّما يحمون أنفسهم ممَّا يُؤنِّبهم آباؤهم عليه، هذا إضافة إلى الحماية من الغضب أو أفكار العُنف الَّتي تُسلَّط عليهم. وبدلاً من شجار كلامي مُتأجِّج، يتمُّ المُحافظة على الانسجام.

كيف تُغلق هالتك

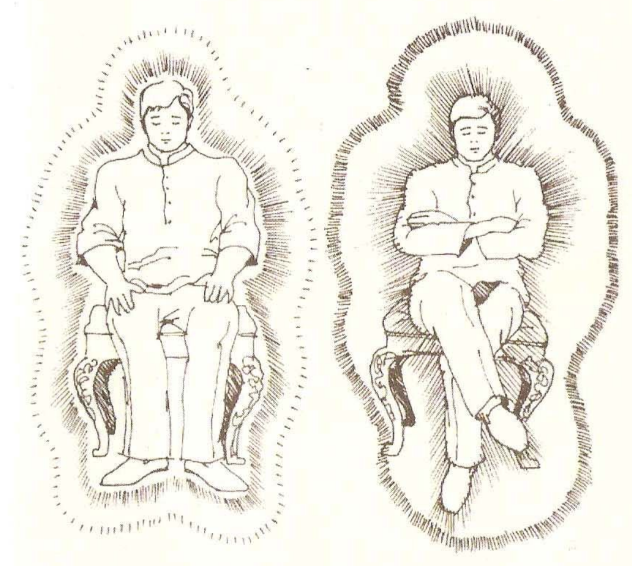
كما قرر سابقاً، هذا يتمُّ عبر تشبيك الأيدي والأرجل. عندما تُشبك يدَيْك فإنَّ الهالة العُليا تُغلق. وعندما تشبك الأرجل تُغلق الهالة السُّفلى. هذا يعني أنَّ الهالة تُصبح مُلتزة وأصغر أو أقلَّ كثافة. ليس عليك تصوُّر أي شيء. ليس عليك إعمال الإرادة. الأمر يحصل بصُورة طبيعيَّة. قد تُفكِّر، أهي سهلة بسيطة حقّاً؟ الجواب نعم.

للحُصُول على إغلاق كامل، كُلُّ ما عليك القيام به هُو إغلاق ذراعيك وساقيك. هذا مُفيد جدّاً في الحماية النَّفسيَّة من بائع ملحاح قد يُقنعك بشراء أشياء لست بحاجة إليها. ومن ثُمَّ خلق عبء مالي. تُسمَّى عمليَّة إغلاق الذِّراعين والسَّاقين لجعل الهالة أكثر كثافة وصغراً بـ«تقنيَّة إغلاق الهالة - وضعيَّة الإغلاق الكاملة».

تكون وضعيَّة الإغلاق الكاملة غير مُستحسنة، عندما تكون أمام رئيسك أو داخل اجتماع. هذا قد يُفسَّر من قبل النَّاس المُحيطين بك ومن قبل رئيسك على أنَّه تحدٍّ وعُدوانيَّة. في حالات كهذه، من المُفضَّل تطبيق حالة «الإغلاق النُّصفيَّة». هذا يتمُّ ببساطة بإغلاق السَّاقين ووضع اليدين

مع بعضهما في الحضن أو على منطقة أسفل البطن. لهذا فعاليَّة ليس فقط في إغلاق الهالة السُّفليَّة ولكنْ في إغلاق جُزئي للهالة العُلويَّة. من حسنات استخدام وضعيَّة الإغلاق التُّصفيَّة أنَّها لا تُظهرك بمظهر كمَنْ يستعدُّ للقتال، بل بمظهر يُوحي بالتَّقبُّل والتَّعاون. ثمَّة فائدة أُخرى لاستخدامها هي تمكين الشَّخص من التَّفكير بجلاء ودقَّة وبالتَّالي أنْ يكون قادراً على تقديم إسهام قيم للاجتماع.

تجربة في تقنيَّة إغلاق الهالة: وضعيَّة الإغلاق الكاملة



صُورة رَقْم 2 ـ 1 تقنيَّة إغلاق الهالة: وضعيَّة الإغلاق الكاملة.

اتَّخذ صديقاً أو مُقرَّباً لك ليكون موضوعاً لتجربتك.

1 ـ اطلب من الشَّخص الجلُوس بذراعين وساقين مفتوحة.

2 ـ اجعل يديك حسَّاستين (لأولئك الَّذين ليس لديهم خلفيَّة معرفة عن العلاج بالبرانا، انظر المُلحق رَقْم (1) عن تقنيَّة جعل اليدين ذات حساسيَّة).

3 ـ انظر إلى الشَّخص وافحص هالاته العُلويَّة، الوُسطى والسُّفليَّة من على بُعد مترين أو ثلاثة. تحرَّك تدريجيَّاً باتِّجاهه أثناء الفحص. (أنظر المُلحق رَقْم (2) حول كيفيَّة فحص الهالة الخارجيَّة).

4 ـ اطلب منه إغلاق ذراعيه وساقيه.

5 ـ أعد فحص الهالات العُلويَّة، الوُسطى والسُّفليَّة. هل ثمَّة اختلاف؟

يُمكنك إعادة هذه التَّجربة عدَّة مرَّات.

ستُلاحظ من هذه التَّجربة، بأنَّه عندما يغلق الشَّخص ذراعيه وساقيه، فإنَّ هالته الخارجيَّة ستبدو مُختفية لكنْ ما أنْ تقترب أكثر، حتى تشعر بأنَّها ليست كذلك بل غدت أصغر وملتزة. بمعنى آخر، أصبحت هالته الخارجيَّة أكثر كثافة، أقوى ومُركَّزة أكثر.

تجربة في تقنيَّة إغلاق الهالة: وضعيَّة الإغلاق النُّصفيَّة

1 ـ اطلب من الشَّخص الجلُوس بذراعين وساقين مفتوحة.

2 ـ اجعل يديك حسَّاستين.

3 ـ انظر إلى الشَّخص وافحص هالاته العُلويَّة، الوُسطى والسُّفليَّة من على بُعد مترين أو ثلاثة. تحرَّك تدريجيَّاً باتِّجاهه أثناء الفحص.

4 ـ اطلب من الشَّخص إغلاق ساقيه وأنْ يضع يديه في حضنه أو منطقة أسفل البطن.

5 ـ افحص هالاته العُلويَّة، الوُسطى والسُّفليَّة. تحرَّك مُقترباً من الشَّخص أثناء الفحص. لاحظ الاختلاف بين وضعيَّة فتح الذِّراعين والسَّاقين ووضعيَّة الإغلاق التُّصفيَّة.

6 ـ اطلب من الشَّخص فكّ ساقيه وإطلاق ذراعيه.

7 ـ أعد فحص الهالات العُلويَّة، الوُسطى والسُّفليَّة. لاحظ الاختلاف.

يُمكنك إعادة هذه التَّجربة عدَّة مرَّات.

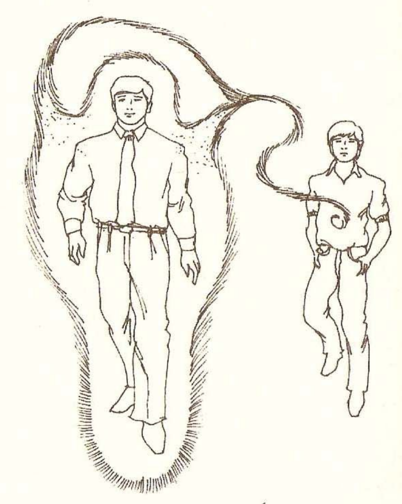
ستُلاحظ من هذه التَّجربة، بأنَّ إغلاق السَّاقين ووضع اليدين في الجحر أو في منطقة أسفل البطن سوف يُغلق الهالة الوُسطى والسُّفليَّة، وستُغلق العُلويَّة جُزئيّاً.



صُورة رَقْم 2 ـ 2 تقنيَّة إغلاق الهالة: وضعيَّة الإغلاق التُّصفيَّة.

مصَّاص الطَّاقة

هل اختبرت من قبل شُعُور الاستنزاف أو التَّعب بعد دقائق من مُقابلة شخص ما؟ هذا الشَّخص قام بامتصاص طاقتك الحيويَّة. الأمر الَّذي لا يحصل بتعمُّد الأذى أو بقصد سيِّئ. حيث يحدث عادة بصُورة غير واعية لكون الشَّخص ضعيفاً أو مُعتلاً من النَّاحية النَّفسيَّة. بسبب ذلك، يكون لديه ميل لامتصاص الطَّاقة البرانية أو طاقة الحياة من الأشخاص الَّذين يُحيطون به. إذا قابلت مثل هكذا شخص، ببساطة أغلق هالتك عبر إغلاق ذراعيك وساقيك. هذا سيمنعه بصُورة فعَّالة من استنزاف طاقتك الحيويَّة. التَّقنيَّة بسيطة وفعَّالة للغاية.



صُورة رَقْم 2 ـ 3 مصَّاص الطَّاقة.

عدم ردّ الفعل

لا يكون إغلاق الهالة كافياً. فعندما يكون شخص ما غاضباً وأنت لا تقم بردَّة فعل تجاهه، فإنَّك ستُلاحظ كيف سيُصبح أكثر غضباً. حيثُ ارتدَّت إليه طاقة الغضب الَّتي سلَّطها عليك ويُصبح مُختلَّ التَّوازن أكثر. هذا يُسمَّى بـ«تأثير الكيد المُرتد».

أثناء النِّقاش الحاد، على المرء أنْ يظلَّ هادئاً. فبعدم الاستجابة لإثارة الشَّخص الآخر، تظلُّ مُنفصلاً وغير مُتأثِّر. ستتمكَّن من التَّفكير بوُضُوح والرَّدّ بدقَّة. لكنَّك تُصبح مُعرَّضاً لهُجُوم الأفكار السَّلبيَّة الَّتي يُمكنها اختراقك لحظة قيامك بردَّة فعل، حتَّى إذا كُنت مُغلق الذِّراعين والسَّاقين ـ لكنْ ليس بمُستوى السُّهُولة فيما إذا كانت الهالة مفتوحة. يكون الإنسان معرضاً للهُجُوم النَّفسيّ حتَّى لو كانت الهالة مُغلقة، لأنَّه وبالاعتماد على مبدأ الجذب حيثُ الشَّبيه ينجذب للشَّبيه، عندما يُصبح غاضباً، فإنَّه يجذب طاقة وأفكار الغضب من شخص آخر. هذا يُفسِّر الأهمِّيَّة الكبيرة للبقاء في حالة حياديَّة أو في حالة إيجابيَّة.

المُباركة

عندما تُبارك شخصاً ما بالمحبَّة وبما هُو خير له، فإنَّك إنَّما تصدُّ الأفكار السَّلبيَّة الَّتي تُسلَّط عليك وتُحوِّلها. هذا اعتماداً على قانون التَّنافر حيثُ الخصائص غير المُتماثلة تُصدُّ. يُمكنك بصمت ترنيم «الصُّلح معك»، أو (Peace shanti-shalom). بتصميم ذهني بارك الغاضب بالسَّلام.

حيثُ إنَّك لا تُريد أذيَّة الشَّخص الَّذي يُرسل الغضب أو طاقة الاحتكاك إليك، ولا أنْ يُصبح أسوأ ممَّا هُو عليه، فماذا تفعل إذن؟ ركِّز

على قلبك وبارك الشَّخص بالمحبَّة، بِنيَّة أنَّ الطَّاقة السَّلبيَّة سوف تُحوَّل إلى هُدُوء، تفهُّم وسلام. بهذه الطَّريقة، فإنَّ تأثير الكيد المُرتدّ سوف يبطل أو على الأقل سيقلّ.

المزيد عن تقنيَّة التَّحويل

تقنيَّة التَّحويل الأكثر قُوَّة هي أنْ تُركِّز على شاكراتي القلب والتَّاج، وتُبارك المُعتدي بالمحبَّة والسَّلام. عندما تُطبِّق هذه التِّقنيَّة، فإنَّك تُسلِّط بصُورة آليَّة طاقة ذات لون ذهبي وقرنفلي. هذه الطَّاقات الذَّهبيَّة والقرنفليَّة لا تحميك فقط، بل تُحوِّل الأفكار والطَّاقات السَّلبيَّة إلى أفكار وطاقات إيجابيَّة.



صُورة رَقْم 2 ـ 4: تقنيَّة شاكرا القلب: صد وتحويل العُدوانيَّة النَّفسيَّة بالمُباركة.

لقد علم السَّيِّد المسيح، السَّيِّد بوذا والمُعلِّمون الرُّوحيُّون العُظماء تقنيَّة المُباركة. يقول المسيح: «بارك لاعنيك». لماذا؟ لأنَّك عندما تُرسل الحنان المُحبّ إلى الشَّخص الَّذي يشتمك، فإنَّ الشَّتيمة سوف تُحوَّل والشَّخص سيشعر بتحسُّن وسيردُّ عليك بصُورة إيجابيَّة. من جهة أُخرى، أنت إنْ رددت غاضباً، والآخر ردَّ عليك بغضب بالمثل، سيكون هناك صراع لا نهاية له. البُغض يُولِّد بُغضاً، والغضب يُولِّد غضباً. الحل بسيط وهُو أنْ تتبع العُرف المُقدَّس، رد على البُغض بالمحبَّة.

مُعالجة العلاقات عبر المباركة

يُمكن استخدام المُباركة لإصلاح العلاقات، اكتب قائمة بالأشخاص الَّذين لديك معهم مشاكل جدِّيَّة: مَنْ كان منهم مصدر قلق بالنِّسبة إليك، أو الأشخاص الَّذين سبَّبت لهُم العذاب، أو على الأقل أولئك الَّذين ليس لك معهم علاقات طيِّبة لأشهر أو سنوات عديدة.

1 ـ ركِّز على شاكراتي القلب والتَّاج خلال مجمل العمليَّة.

2 ـ ارفع يديك في وضعيَّة المُباركة. تخيَّل الشَّخص الَّذي تُريد مُباركته أمامك.

3 ـ ردِّد بلُطف اسمه لثلاث مرَّات. تابع تخيُّله أمامك. سلِّط عليه الحنان المُحبّ بينما تُركِّز على شاكراتي القلب والتَّاج، مع ترنيم لطيف «الصُّلح معك».

4 ـ تابع التَّرنيم لثلاث دقائق تقريباً.

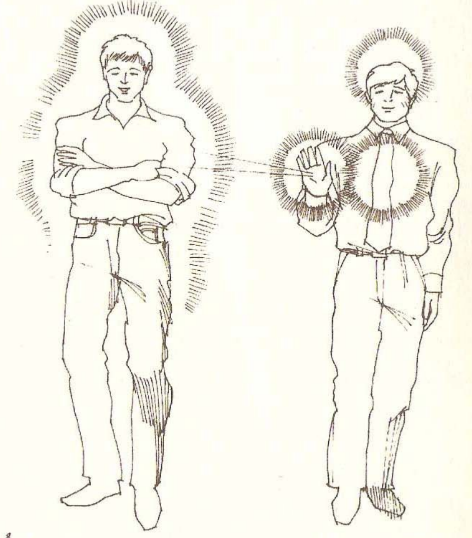
5 ـ إذا كُنت رُوحانيّاً، يُمكنك الابتهال إلى الله ليمنحك طاقة الحُبّ وتقويم العلاقة عند بداية الإجراء. يُمكنك استخدام هذا الإبتهال:

إلى إله الكون الأعظم، إلى مُعلِّميّ الرُّوحيِّين، وإلى كُلّ الكائنات المُقدَّسة، شُكراً لكم على طاقة الحُبّ وعلى إصلاح العلاقة. نشكركم بإيمان صادق.

أو يُمكنك استخدام صلاتك الخاصَّة. إنَّ ابتهالك إلى الله للمُساعدة سوف يجعل الإجراء أو التَّمرين أكثر فعاليَّة.

6 ـ أعد الإجراء كاملاً على كُلّ شخص في القائمة.

7 ـ كرِّر المُباركة لمرَّتين أو ثلاث أسبوعيّاً مادام ذلك ضروريّاً. عُموماً، لإعادة انسجام العلاقة تحتاج لشهر أو شهرين. وفي بعض الحالات، يتطلَّب الأمر وقتاً أطول.



صُورة 2 ـ 5 تقنيَّة شاكراتي التَّاج والقلب: صد وتحويل العدوان النَّفسيّ بالمُباركة.

إذا شعرت بثقل على قلبك، فقط قم بكنس موضعي عليه لإزاحة التضخم البراني.

كيف تشعر بعد المباركة؟ هل تشعر بالسلام الداخلي؟ ينبغي عليك أنْ تعرف بأنَّ المباركة ضرورية ليس فقط من أجل الشَّخص الَّذي تباركه لكنْ لك أيضاً. المباركة هي حقيقة تسامح، الَّذي يشكل ضرورة لتحقيق العلاج الداخلي. في حالات خطيرة، يكون رفضك للمباركة والتسامح مع مَنْ آذاك سبباً في عدم إحداث السلام الداخلي والمعالجة الداخلية، واستعداداً لقبح وإفساد نفسي.

تقوية الهالة عبر التدريب الجسماني

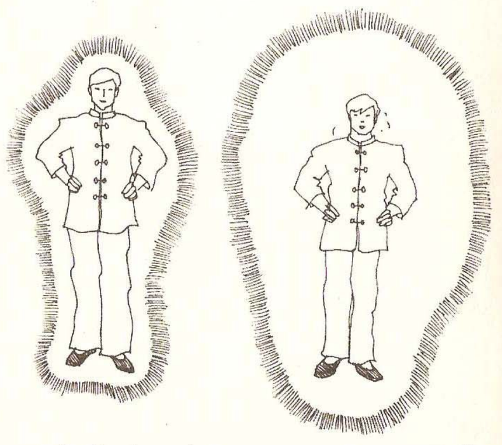
تُؤدِّي الهالة القوية دور الواقي النَّفسيّ الطبيعي. إنَّ تقوية الهالة هُو جد سهل. إنَّه عبر التدريب الجسماني المنتظم، يُصبح الجسد معافىً. هذا سيقوي الهالة آلياً. سيكون كافياً التَّمرُّن لمدة ثلاثين دقيقة لجلستين أسبوعياً.

لُوحظ استبصارياً أنَّه خلال التدريب، تطرد من الجسم المادِّيّ والأعضاء الداخلية، والجسم الطاقي، والشاكرات والمسارات، والهالة كمِّيَّة وافرة من الطَّاقة المستهلكة والملوثة؛ حيثُ تُصبح كلها أنظف، أكثر إشراقاً، سليمة وقوية. كما تتحسن الدورة الطَّاقيَّة بشكل كبير. إنَّ امتلاك جسد قوي ومعافى، سيؤدي بنا بصُورة طبيعية إلى امتلاك هالة قويَّة. لا تستخف بالفوائد الجسدية والنفسية للتدريب الجسماني المنتظم.

يُمكنك القيام بأي نوع من الرياضات: غولف، أيروبيك، سباحة، عَدْوٌ خفيف، هاثا يوغا، تاي تشي، فُنُون قتالية وأنواع أُخرى. فلهذه الرياضات تأثير تطهيريٌّ وتنشيطيٌّ على هالتِك. التنفس البراني هُو طريقة أُخرى فعالة لتقوية الهالة.

يُمكن لأولئك الَّذين لديهم خلفية في المُعالجة البرانية تجريب فحص الشَّاكرات والأعضاء الداخلية، والهالة للشخص المتدرب قبل التمرين. ثم تُختبر الهالة الخارجية أثناء التدريب. ثم يعاد فحص الشَّاكرات والأعضاء الداخلية والهالة الخارجية بعد التمرين. ستذهل عندما تجد بأنَّ مُستوى طاقة الهالة والأعضاء الداخلية والشاكرات قد ارتفع بصُورة عظيمة.

لقد صادف المؤلف حالات نفسية مرضية عدة، كان فيها المرضى مختلي التوازن من الناحية النفسية. فكانت الشاكرات مغزوّة بعناصر سلبية وبطفيليات طاقية. وكان المرضى عرضة للاستحواذ النفسي بسبب ضعف الهالة والجسم المادي. هذا ما يؤكد ضرورة القيام بتمارين رياضية منتظمة وما يؤكد على الترابط بين الصحة الجسدية والسعادة النفسية.



صُورة رَقْم 2 ـ 6 تقوية الهالة عبر التدريب الجسماني المنتظم

كان لدى المُؤلِّف طالباً كندياً يعمل مديراً لمدرسة، تخلَّ عن وظيفته هذه لكي يُساعد مجموعة من الطلاب في مشاكل أكاديمية، اجتماعية وقانونية. كان صفاً صغيراً لكنّه عصياً على السَّيطرة. غالباً ما كان هؤلاء الطلاب الغريبون يعقدون جلسات الشرب والمخدرات في أيَّام السبت والآحاد. عندما كانوا يحضرون إلى المدرسة يوم الإثنين، كانوا يقومون بتصرفات شنيعة ويتفوهون بكلمات بذيئة. على الرَّغم من سلوكهم السلبي، لم يكن أستاذهم الكندي ليشعر بالانزعاج وكان يهتم بهم ويرأف بحالهم. فأسس قاعدة الإثنين، وهي أنْ يقوم هُو وطلابه برحلة لأربع أو خمس ساعات. حيثُ كان يختار أكثر الطرقات صعوبة لكنْ أأمنها. بعد الرحلة كان يحدث تحول جسدي ونفسي عند الطلاب. فيصيرون أرق وأكثر حذراً في ألفاظهم وفي حركاتهم الجسدية. كان التحول دراماتيكياً بلاشك، على الرَّغم من أنَّه كان مؤقتاً. للرحلات الشاقة،و الهواء الطلق والطاقة البرانية الجبلية تأثيرات مفيدة وعلاجية. من المفيد لأولئك الَّذين يعالجون مرضى الاضطراب النَّفسيّ، معاينة ما سيكون تأثير استخدام الطَّريقة نفسها. وعوضاً عن القيام بذلك لمرة أسبوعياً، لماذا لا يكون لمرات عديدة؟.

تقوية الهالة عبر التأمل

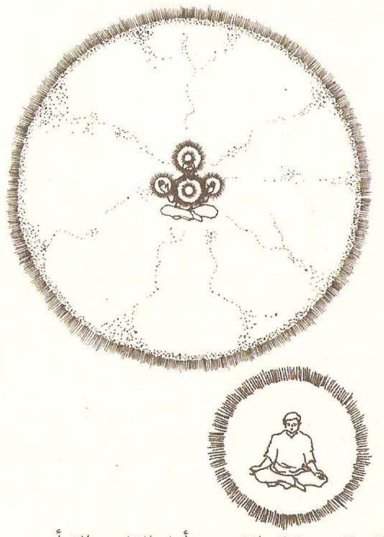
تُوجد عدَّة طرائق للتأمل. كلها جيِّدة في العُمُوم. فعندما يتأمل المرء، يكون ثمَّة انهمار عظيم للطاقة الرُّوحيَّة. لهذا فإنَّ للتأمل تأثيراً قوياً مقوياً للهالة. يُعَدُّ التأمل على القلبين التوأمين الشَّكل الأقوى من التأمل الَّذي يُمكن للطلاب ممارسته. هذا التأمل قديم جداً. وقد ظل سرَّاً ويعلم فقط للمريدين الناضجين. هذه التقنية تنتشر للعموم الآن. للذين ليس لديهم خبرة في المُعالجة البرانية، انظر الملحق رَقْم 3 حول كيفيَّة القيام

بتأمل القلبين التوأمين. هذا التأمل الارشادي متاح أيضاً على كاسيتات وأقراص مدمجة.

يُمكنك القيام بتجربة فحص الهالة للشخص المتأمل قبل وأثناء وبعد التأمل على القلبين التوأمين. سيدهش معظمكم لكبر حجم الهالة مرَّات عديدة. عند القيام بالتأمل بصُورة منتظمة، ستُصبح الهالة أكبر وأقوى بصُورة دائمة.

وضعية التقوية

يُمكن تقوية الهالة للتَّو عبر لصق اللسان إلى سقف الحلق وإغلاق الأيدي أو تشبيكها.



صُورة رَقْم 2 ـ 7 تقوية الهالة عبر تأمل القلبين التوأمين.

كان لدى المُؤلّف طالباً كندياً يعمل مديراً لمدرسة، تخلَّ عن وظيفته هذه لكي يُساعد مجموعة من الطلاب في مشاكل أكاديمية، اجتماعية وقانونية. كان صفاً صغيراً لكنَّه عصياً على السَّيطرة. غالباً ما كان هؤلاء الطلاب الغريبون يعقدون جلسات الشرب والمخدرات في أيَّام السبت والآحاد. عندما كانوا يحضرون إلى المدرسة يوم الإثنين، كانوا يقومون بتصرفات شنيعة ويتفوهون بكلمات بذيئة. على الرَّغم من سلوكهم السلبي، لم يكن أستاذهم الكندي ليشعر بالانزعاج وكان يهتم بهم ويرأف بحالهم. فأسس قاعدة الإثنين، وهي أنْ يقوم هُو وطلابه برحلة لأربع أو خمس ساعات. حيثُ كان يختار أكثر الطرقات صعوبة لكنْ أأمنها. بعد الرحلة كان يحدث تحول جسدي ونفسي عند الطلاب. فيصيرون أرق وأكثر حذراً في ألفاظهم وفي حركاتهم الجسدية. كان التحول دراماتيكياً بلاشك، على الرَّغم من أنَّه كان مؤقتاً. للرحلات الشاقة،و الهواء الطلق والطاقة البرانية الجبلية تأثيرات مفيدة وعلاجية. من المفيد لأولئك الّذين يعالجون مرضى الاضطراب النَّفسيّ، معاينة ما سيكون تأثير استخدام الطَّريقة نفسها. وعوضاً عن القيام بذلك لمرة أسبوعياً، لماذا لا يكون لمرات عديدة؟.

تقوية الهالة عبر التأمل

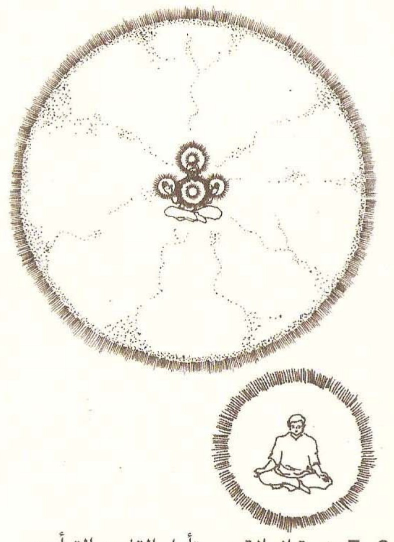
تُوجد عدَّة طرائق للتأمل. كلها جيِّدة في العُمُوم. فعندما يتأمل المرء، يكون ثمَّة انهمار عظيم للطاقة الرُّوحيَّة. لهذا فإنَّ للتأمل تأثيراً قوياً مقوياً للهالة. يُعَدُّ التأمل على القلبين التوأمين الشَّكل الأقوى من التأمل الَّذي يُمكن للطلاب ممارسته. هذا التأمل قديم جداً. وقد ظل سرَّاً ويعلم فقط للمريدين الناضجين. هذه التقنية تنتشر للعموم الآن. للذين ليس لديهم خبرة في المُعالجة البرانية، انظر الملحق رَقْم 3 حول كيفيَّة القيام

بتأمل القلبين التوأمين. هذا التأمل الارشادي متاح أيضاً على كاسيتات وأقراص مدمجة.

يُمكنك القيام بتجربة فحص الهالة للشخص المتأمل قبل وأثناء وبعد التأمل على القلبين التوأمين. سيدهش معظمكم لكبر حجم الهالة مرَّات عديدة. عند القيام بالتأمل بصُورة منتظمة، ستُصبح الهالة أكبر وأقوى بصُورة دائمة.

وضعية التقوية

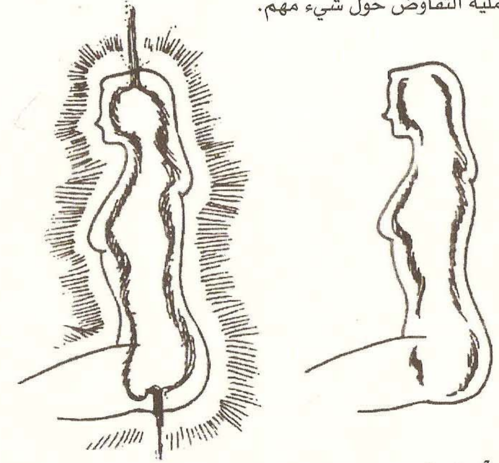
يُمكن تقوية الهالة للتَّو عبر لصق اللسان إلى سقف الحلق وإغلاق الأيدي أو تشبيكها.



صُورة رَقْم 2 ـ 7 تقوية الهالة عبر تأمل القلبين التوأمين.

لماذا عليك لصق اللسان إلى سقف الحلق؟ عندما يتم ذلك فإنَّ الدائرة بين المسارات الخلفية والأمامية تكتمل، وبالتَّالي يرتفع مُستوى الطَّاقة البرانية الإجمالي في الجسم. لماذا عليك إغلاق اليدين؟ عندما تغلق الأيدي، فإنَّ الطَّاقة البرانية الزائدة الَّتي تتدفق نحو الخارج بصُورة طبيعية يتم إعادة توجيهها إلى الجسم، وبالتَّالي يرتفع مُستوى الطَّاقة وتقوى الهالة أيضاً.

تتسع الهالة وتصبح أقوى، عندما تغلق الأيدي ويلصق اللسان إلى سقف الحلق. وعندما تكون الأيدي مفتوحة واللسان غير ملتصق بسقف الحلق، تُصبح الهالة ضعيفة نسبياً. هذا يُسمَّى وضعية التقوية. إنَّها ترفع مُستوى طاقة الإنسان بإطراد، وبالوقت نفسه تحفظها. يُمكن استخدام هذه الوضعية عندما يكون المرء بحاجة إلى التركيز، أو إلقاء تعليم مهم أو في عمليَّة التفاوض حول شيء مهم.



صُورة رَقْم 2 ـ 8 لصق اللسان إلى سقف الحلق.

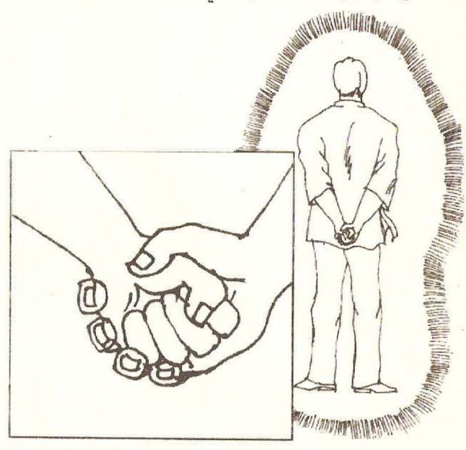
تُوجد عدَّة طُرُق لإغلاق الأيدي:

1 ـ ضع يديك خلف ظهرك. أغلق اليد اليسرى مع ثني الإبهام نحو الداخل، واشبك قبضة اليد اليسرى مع اليد اليمنى.

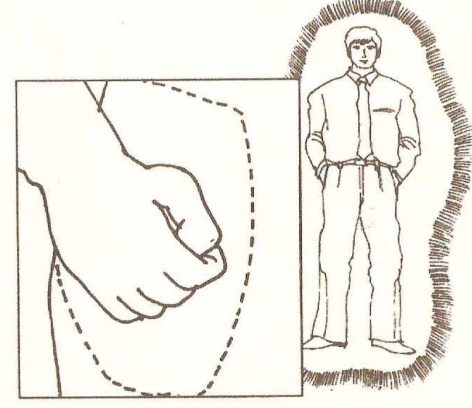
2 ـ ضع اليد اليسرى فوق اليد اليمنى، واشبكها أمام جسمك.

3 ـ أغلق كلتا اليدين مع ثني الإبهامين نحو الداخل، ثم ضعهما في جيبيك بحيث لا تمكن رؤيتهما. إذا وضعتهما جانب الوركين فإنَّ ذلك سيفسر على أنَّه فعل عدواني.

يُمكنك إثبات صحة هذه التمارين عبر فحص الهالة للشخص في الوضعية العادية، ثم إعادة فحص هالته في وضعية التقوية. ستُصبح الهالة بلاشك أقوى وأكبر عندما يكون في وضعية التقوية.



صُورة رَقْم 2 ـ 9 وضعية التقوية: وضع اليدين خلف الظهر وإغلاق اليد اليسرى مع ثني الإبهام نحو الداخل، ثم شبك اليسرى مع اليمنى.



صُورة 2 ـ 10 وضعية التقوية: شبك اليدين أمام الجسم، اليد اليسرى فوق اليمنى.

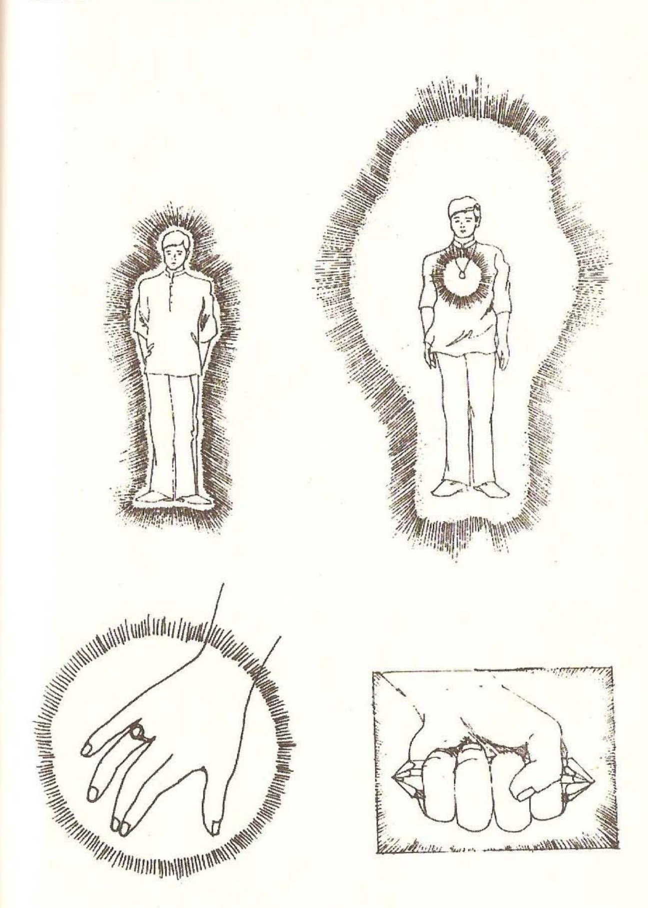
صُورة 2 ـ 11: وضعية التقوية: إغلاق اليدين مع ثني الإبهامين نحو الداخل ووضعهما داخل الجيوب.

تقوية الهالة عبر استخدام الكريستال

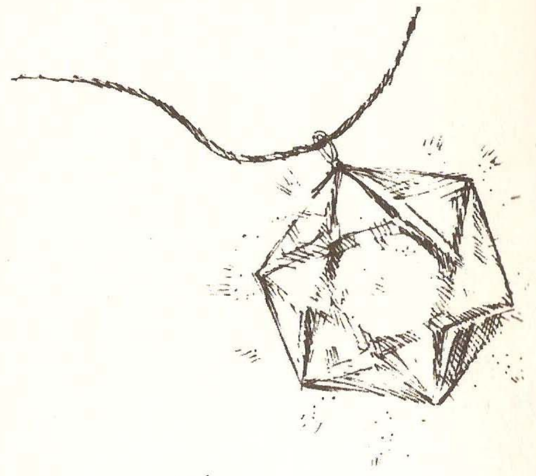
للكريستال، عندما يُلبس على الجسم، أثرٌ تنشيطيٌّ على الشّاكرات وأثرٌ مقويٌّ للهالة. لذلك يُمكن استخدامه للدِّفاع النّفسيّ. لكن يجب تنظيفه وشحنه قبل الاستخدام. يتضمَّن مصطلح «كريستال»، الجواهر أو الأحجار الكريمة والأحجار نصف الكريمة.

يُمكن ارتداء الكريستال كقلادة أو كخواتم. كقلادة يُمكن استخدام الكريستال ذي الستة أطراف المصنوع من الكوارتز الصافي، الكوارتز الوردي، الجَمَشت، أو التُّرمالين الأخضر. يوازن الكريستال ذي الستة أطراف الشّاكرات العلوية والسفلية. كما يوازن ويقوي الأقسام العلوية، الوسطى والسفلية من الهالة. يفضل لبس قلادة الكريستال بين القلب والحنجرة. ومن المفضل عدم لبسه عند منطقة القلب لمدة طويلة من الزمن لأنَّها قد تُؤثِّر فعلياً على القلب بصُورة عكسية.

كخاتم، يفضل لبس الكريستال في إصبع الخنصر أو الوسطى، سواء في اليد اليمنى أم اليسرى. يُستخدم العقيق الأحمر لتقوية الهالة وللدفاع النفسي، ويفضل لبسه في اليد اليمنى. يجب على الأشخاص المتشائمين أو السلبيين إلى حدٍّ كبير عدم ارتدائه لأنَّها تميل إلى جلب الحظ السَّيِّئ. من جهة أخرى، عندما يرتديه الأشخاص الأصحاء والمتفائلون، فإنَّ العقيق سيجذب الحظ الجيد.



صُورة رَقْم 2 ـ 12 تقوية الهالة باستخدام الكريستال.



صُورة رَقْم 2 ـ 13 قلادة الكريستال ذي الستة أطراف

يُعَدُّ كوارتز السترين جيِّداً للدِّفاع النّفسيّ.و ينبغي لبسه في اليد اليمنى أيضاً. ينصح بالتُّرمالين الأخضر أو الزمرد للمعالجين،والأطباء، والمعالجين النفسيين لأنَّ لهذا الحجر أو للكريستال مفعول تطهيري وتنظيفي. ينبغي لبسه في اليد اليسرى. ويلبس الجَمَشت والكريستال الصافي في اليد اليمنى. الألماس هُو كريستال قوي للغاية في الدِّفاع النّفسيّ، ويفضل لبسه في اليد اليمنى. ليس على المرء استخدام أنواع باهظة من الماس أو أن ينفق مالاً كثيراً على قيراط أو اثنين من الماس عالي الجودة. الماس ضمناً سوف يُؤدِّي الغرض، سواء كان أصفر رخيصاً أو كان خاتماً يحتوي على قطع ماسية باهظة. إنَّ قيراطاً من ماسات صغيرة هُو أرخص بكثير من ماسة واحدة بوزن قيراط. الماسات الأرخص سوف تقدم كثيراً أو قليلاً نفس الدَّرجة من الحماية.

تنظيف الكريستال

ينبغي تنظيف الكريستال قبل ارتدائه كقلادة أو كخاتم. ثمَّة طُرُق عديدة لتنظيفه.

أسهلها غسله بالصابون بماء جارٍ لمدة دقيقة أو أكثر. لتسهيل عمليَّة التنظيف تستخدم الأصابع لفرك قطعة الكريستال تحت الماء الجاري مع نية عقليَّة لتطهيرها من كل تلوث. يُمكنك تطبيق الإجراء نفسه بفرك قطعة الكريستال بأصابعك داخل طست مليء بالماء والملح، أو ببساطة يُمكنك نقع القطعة في محلول ماء وملح لبضع ساعات أو أيَّام.

ثمَّة طريقة أُخرى للتنظيف هي استخدام الكحول. من المفضل عدم استخدام الماء والملح مع الأحجار باهظة الثمن. الَّتي يُمكن تطهيرها باستخدام الحامض المُعتدل. هذا يُمكن أن يتم في متجر الحلي.

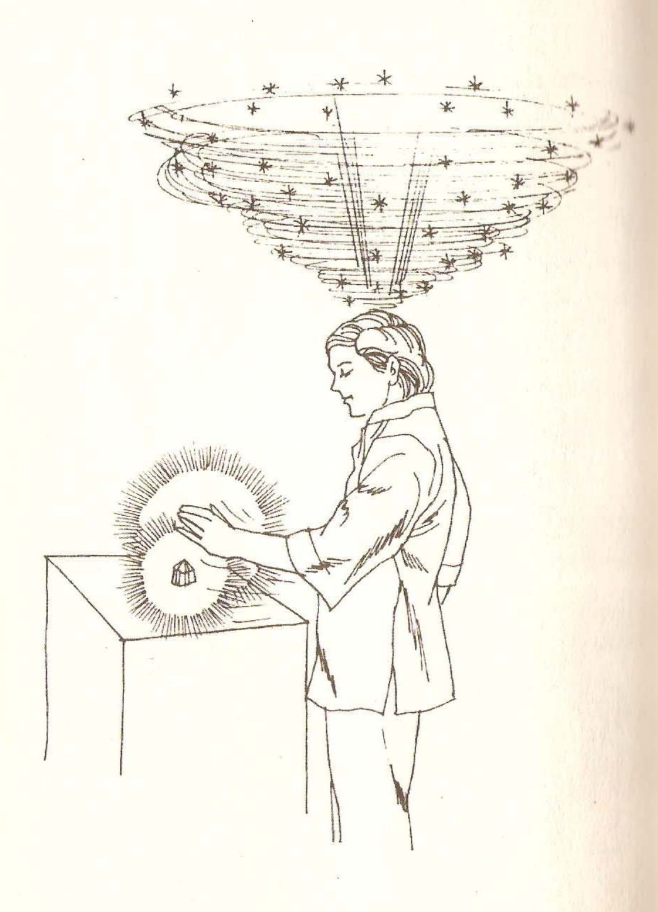
تنظيف الكريستال باستخدام تقنية شاكراتي التَّاج - اليد

تستخدم تقنية شاكراتي التَّاج - اليد لإزالة البرامج والانطباعات النَّفسيَّة السابقة.

1 - ألصق لسانك إلى سقف حلقك.

2 - ركز على تاجك ويديك.

3 - قم بكنس مع نور بنفسجي كهربائي أو نور أبيض لماع على قطعة الكريستال لعشر مرات، بنية إزالة كل الانطباعات النَّفسيَّة وكل البرامج السابقة.



صُورة 2 - 14 استخدام تقنية شاكراتي التَّاج - اليد لتنظيف الكريستال.

شحن الكريستال

يُمكن تعزيز فعالية قطعة الكريستال عبر شحنها بالطاقة من خلال التنفس البراني أو عبر الابتهال.

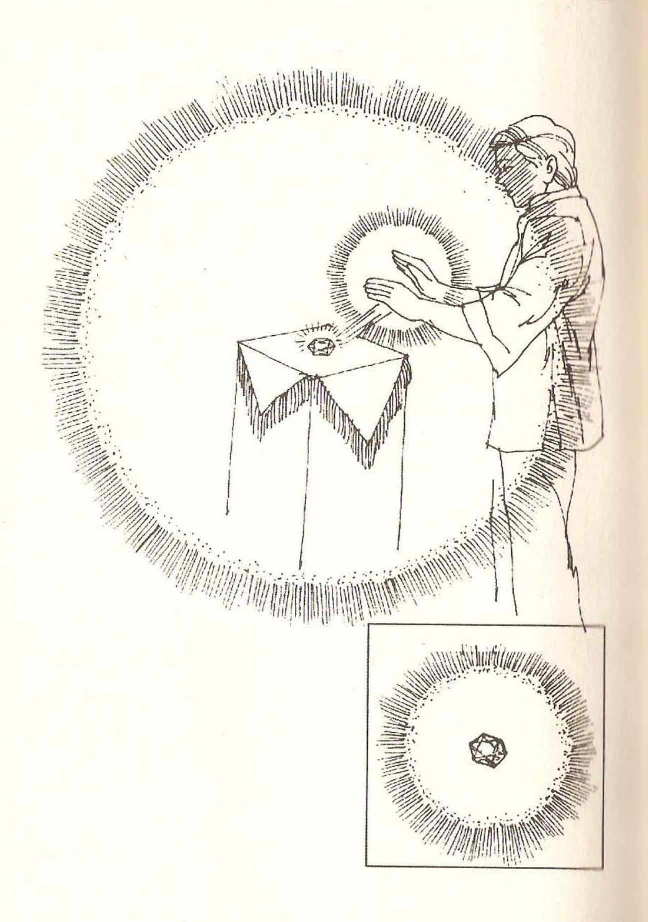
شحن الكريستال عبر التنفس البراني

1 ـ بعد تنظيف قطعة الكريستال، قم بالتنفس البراني باستخدام تقنية 7 ـ 1, 7 ـ 1. كيف تفعل ذلك؟ قم بالتنفس البطني. خذ شهيقاً لسبع عدَّات، احبس نفسك لعدّة، ازفر في سبع عدات، امسك النفس لعدة واحدة. قم بهذه العمليَّة لخمس دورات.

2 ـ وجه راحتي اليدين إلى القطعة وتابع التنفس البراني لحوالي اثنتي عشرة دورة إضافية. مُر القطعة بأن تمتص الطَّاقة البرانية الَّتي تقوم بتسليطها عليها:

3 ـ برمج القطعة بالأمر التَّالي: «سوف تحميني من كل هُجُوم نفسي وكل تلويث. سوف تحميني من كل أذى وكل خطر. سوف تحميني ليل نهار. كما أريد، ليكن كذلك».

4 ـ ثبت الطَّاقة البرانية المُسلَّطة أو باركها عبر تلوين هالة القطعة بنور أزرق مبيض. التثبيت ضروري لحفظ فعالية قطعة الكريستال أو لمنع تسرّب الطَّاقة.



صُورة 2 ـ 15 شحن الكريستال عبر التنفس البراني.

شحن الكريستال الابتهال إلى الله

يُمكن الشحن عبر الإبتهال والدعاء:

إلى ربِّ العالمين،

إلى معلّمي الروحي، إلى جميع المعلّمين الروحيين،

المعلمين المقدسين، المرشدين المقدسين،

ملائكة الشفاء، وسطاء الشفاء،

كائنات النور، وإلى كُلّ العظماء

نشكركم على مباركة هذه الكريستالة بالإرشاد الإلهي،

بالمساعدة الإلهية والحماية الإلهية.

أشكركم على حمايتي من كل هُجوم نفسي،

تَلويث نفسي، ومن كل أذى وخطر.

أشكركم بإيمانٍ صادق. ليكن كذلك.

كرر هذا الإبتهال لثلاث مرَّات. ثبت الطَّاقة البرانية المسلّطة أو المباركة. اشحن الكريستال باستمرار مُدَّة سبعة أيَّام لتجعلها قويَّة جدَّاً. يجب تنظيف الكريستالة وإعادة شحنها على الأقل مرة أسبوعياً أو مرة كل أسبوعين.

يُمكنك محاولة التحقق من الأثر الفعال للكريستال. ضع الشَّخص وافحص هالته. اطلب منه ارتداء القلادة أو الخاتم الكريستالي، ثم أعد فحص هالته. اطلب منه خلع القلادة أو الخاتم وأعد الفحص. من هذا يُمكنك استنتاج ما للكريستال من تأثير مقوٍّ فعال للغاية.

الآثار الجانبية لارتداء الكريستال

على الرَّغم من أنَّ الكريستال تُؤدِّي إلى تقوية هالتك، فعليك

معرفة متى تلبسها ومتى عليك عدم ارتدائها. تحت أية شروط لا يسمح لك بلبسها؟ هل هناك آثار جانبية للبسها؟

يُؤدِّي الكريستال إلى تفعيل الشَّاكرات، خُصُوصاً السفلية. لذلك، على الأشخاص الَّذين يقعون تحت الشروط التَّالية عدم ارتداء الكريستال، خُصُوصاً الكبيرة منها.

1 ـ مَنْ يعانون من فرط ضغط الدم أو المشاكل القلبية.

2 ـ الورم الخبيث والسرطان.

3 ـ عُمُوماً ارتداء الكريستال قد يفضي إلى خلل في التوازنات النفسية، ما لم تستخدم القطعة الجيدة وتشحن وتبرمج بصُورة مناسبة من قبل خبير. على الأشخاص الَّذين يعانون من خلل في التَّوازن النَّفسيّ تنظيف الكريستال الَّذي يلبسونه بصُورة منتظمة.

4 ـ المتأملون الَّذين يقومون بتقنيات تأملية متطورة: فعند ارتداء الكريستال أثناء التأمل يُوجد احتمال قوي بأن يعاني المتأمل من تزامن كندلاني. الَّذي يتجلّى في شكل من الأرق، الوهن الجسدي، ألم في أجزاء مُختلفة من الجسم، ارتفاع ضغط الدم ودرجة السخونة .

ـ لمزيد من المعلومات حول استخدام الكريستال، اقرأ من فضلك كتاب «المعالجة البرانية بالكريستال» للمعلم تشوا كوك سوي.

الفصل الثّالث

كيف تبني واقياً هاليّاً

- الواقيات الهالية.
- كيف تبني واقياً هالياً.
- برمجة الواقي لمدة محددة من الزمن.
- جعل الواقي ممكن النفاذ منه داخلياً.
- تلوين الواقي بالنور الذهبي القرنفلي.
- أمور يجب تجنّبها للحفاظ على قُوَّة الواقي.
- وقاية الأشياء والأشخاص الآخرين.
- أنماط أُخرى من الواقيات.
- الواقي العاطفي.
- الواقي العقلي.
- الواقي الرُّوحي.
- القفازات الأثيريَّة.
- واقي أثيري بمقاس الجسم.

الواقيات الهالية

تُوجد أنماط مُتنوِّعة من الواقيات الهالية: الأثيري، النجمي، العقلي والروحي. من النادر أن يتوجب عليك استخدام كل هذه الواقيات ما لم تكن حالتك صعبة جدًّا. يعتبر الواقي الهالي الأثيري كافياً للاستخدام اليومي العام. إذا تصادف أنَّك تعيش في مدينة ضخمة حيثُ مُستوى التَّوتُّر عالياً جدًّا، يُمكن استعمال الواقي الهالي الأثيري ضد الهجمات النَّفسيَّة غير المقصودة الَّتي تحدث بصُورة مطردة. حيثُ بإمكانه حمايتك من التَّلوُّث النَّفسيّ ومن الأذى الجسدي والأثيري إلى درجة معينة. ومن المُمكن استخدامه للمحافظة على التَّوازن الداخلي وجلاء الذهن.

كيف تبني واقياً هالياً أثيرياً

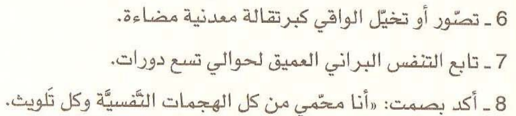
1 ـ أغلق عينيك، كن واعياً لشاكرا الجذر أو قاعدة العمود الفقري.

2 ـ ألصق لسانك إلى سقف حلقك.

3 ـ قم بالتنفس البراني العميق. خذ شهيقاً بطيئاً لسبع عدات. احبسه في عدَّة واحدة. ازفر ببطء، لسبع عدات. امسك لعدة واحدة. تابع التنفس خلال بناء الواقي.

4 ـ تصوّر أو تخيّل وُجُود لمبة إهليليجية الشَّكل مضاءة بلون برتقالي أو قرنفلي ضارب إلى الصفرة أمامك. تخيل نفسك وقد أصبحت صغير الحجم تدخل اللمبة الإهليليجية القرنفلية. تخيل نفسك داخلها.

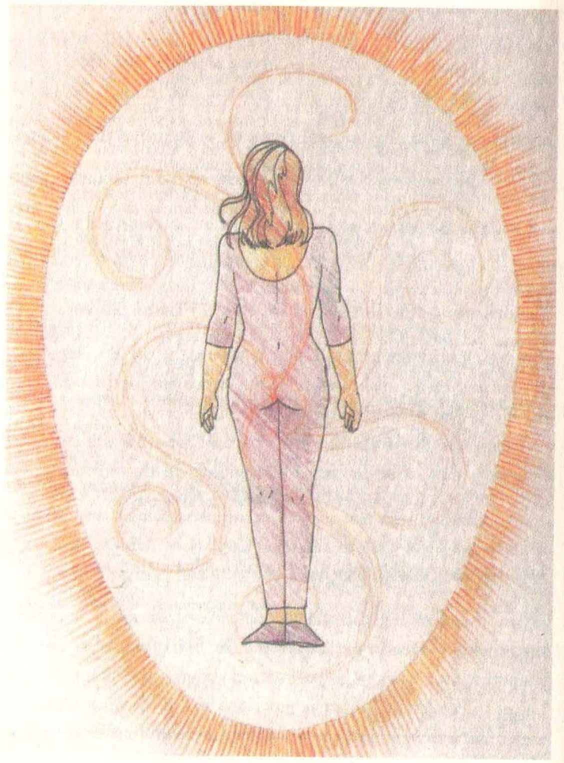
5 ـ شاهد نفسك باطنياً محاطاً كلياً (من أعلى الهالة، وسطها، أمامها، خلفها، فوقها، تحتها)، بواقٍ شفاف ساطع برتقالي الثُّور. اشعر بإيمان بقوة الواقي الهالي الأثيري إلى حدٍّ كبير وغير القابل للكسر.



6 ـ تصوّر أو تخيّل الواقي كبرتقالة معدنية مضاءة.

7 ـ تابع التنفس البراني العميق لحوالي تسع دورات.

8 ـ أكد بصمت: «أنا محمّي من كل الهجمات النَّفسيَّة وكل تَلويث.



صُورة رَقْم 3 ـ 1 بناء واقٍ أثيري.

أنا محمّي من الأذى والخطر. ليكن كذلك. هذا الواقي سيدوم إلى مُدَّة اثنتي عشرة ساعة. ليكن كذلك. هذا الواقي منيع وغير قابل للكسر. هذا الواقي ممكن النفاذ منه داخلياً، ليكن كذلك».

9 ـ يُمكنك الابتهال إلى إله الكون الأعظم من أجل البركات الإلهية، وإلى معلمك الرُّوحي وكل الكائنات المقدسة:

إلى إله الكون الأعظم، إلى معلمي الروحيين وإلى كُلِّ الكائنات المقدسة، أشكركم على الحماية من كل الهجمات النَّفسيَّة ومن التَّلويث النَّفسيّ، ومن كل أذى وكل خطر. نشكركم بإيمان صادق. ليكن كذلك.

برمجة الواقي لمدة محددة من الزمن

عليك تحديد المُدَّة الَّتي تريد للواقي فيها أن يدوم. لماذا عليك القيام بذلك؟ لأنك إذا لم تبرمجه إلى مُدَّة اثنتي عشرة ساعة، فإنَّه سوف يختفي خلال مُدَّة قصيرة. لذلك عليك أن تأمر الواقي ليظل إلى مُدَّة محددة تريدها أنت من أجل الحماية. بحسب الحالة تكون البرمجة، فتكون عادة مُدَّة اثنتي عشرة ساعة كافية ليوم عمل واحد.

جعل الواقي ممكن النفاذ منه داخلياً

عليك عندما تبرمج الواقي أن تجعله «ممكن النفاذ منه داخليا». ماذا نعني بذلك؟ يعني أنَّك محمّي من الهُجُوم النَّفسيّ أو التَّلوُّث، وفي الوقت عينه يُمكنك إخراج كل طاقة مُلوَّثة مستهلكة وكل فكرة وعاطفة سَّلبيَّة تأتي منك خارج الواقي. في هذه الحالة، إذا كُنت غاضباً، فإنَّ طاقة الغضب لن تبقى داخل هالتك. هذا يجعل الواقي آمناً. إذا كان واقيك غير ممكن النفاذ من الداخل، قد تتعرَّض للتسمم بالتوكسينات النَّفسيَّة الخاصة بك.

ما هُو غير مريح في الواقي ممكن النفاذ داخلياً هُو إمكانية تحطيمه بسهولة عبر الغضب الشديد أو الشك. يُعَدُّ الواقي غير القابل للنفاذ داخلياً أقوى من الواقي ممكن النفاذ. لذلك، إذا كُنت تواجه وضعاً خطيراً، من المفضل بناء واقٍ غير قابل للنفاذ داخلياً. هذا الواقي يجب ألاَّ يدوم لأكثر من ساعات. بمعنى آخر، هناك خطر قد يسببه التسمم النَّفسيّ الذاتي. فيؤدي إلى اختلال في التَّوازن النَّفسيّ.

تلوين الواقي بالنور الذهبي القرنفلي

إذا كان لديك واقياً وقام شخص ما بتوجيه فكرة سلبيَّة إليك، فإنَّ الفكرة سوف تنحرف وترتد إلى مرسلها أقوى بعدة مرَّات. بالمحصلة، الواقي الَّذي يحميك قد يُؤذي أناساً آخرين، بمن فيهم مَنْ تحب حيثُ لا يكون بنيتك إيذاءهم. لذلك، عليك أن تمنح واقيك القدرة على التحويل. ركّز على شاكراتي القلب والتاج، ثم ارسم أو سلط نوراً ذهبياً قرنفلياً حول الواقي الهالي الأثيري، مع نية تحويل كل الأفكار والقوى السَّلبيَّة الَّتي ستوجه إليك إلى هُدُوء، وتفهم وسلام.

أمور يجب تجنّبها للحفاظ على قُوَّة الواقي

تذكر أمرين:

1 ـ يجب ألاَّ يكون ثمَّة خوف أو شك. عندما تبني واقياً، يجب أن يكون لديك إيمان راسخ بأنَّ الواقي موجود، يحميك ولا يُمكن اختراقه. حالما تظهر علامات الخوف والارتياب، سيغدو واقيك ضعيفاً وقابلاً للاختراق. يكون الواقي متذبذباً ومنكمشاً عندما يُرى استبصارياً لشخص لديه خوف وشك.

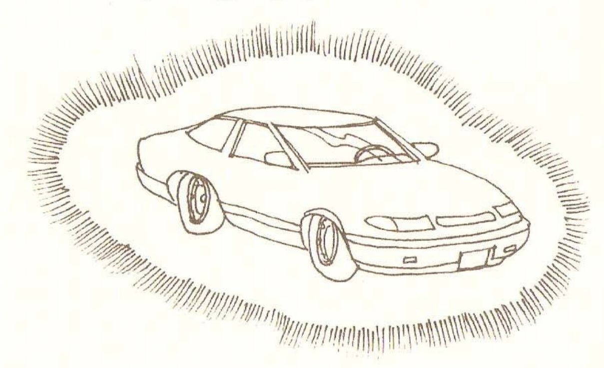
2 ـ لا تغضب. يجب أنْ تظلَّ هادئاً. حالما تغضب، فإنَّ الواقي

سيتحطم إذا كان قابلاً للنفاذ داخلياً. لكل هذه الأُمُور ـ الشك، الخوف، والغضب، الآثار العكسية على الواقي الهالي. حيثُ بإمكانها إضعافه وتحطيمه.

إنَّ الواقي الَّذي لا يُمكن النفاذ منه داخلياً هُو أقوى من الواقي ممكن النفاذ. حيثُ لا يُمكن أن يتأثّر أو يضعف بالخوف والشك والغضب. لكنْ يُوجد خطر من إمكانية التسمم النَّفسيّ إذا لم يستطع الفرد السَّيطرة على أفكاره وعواطفه. هذا هُو سبب تفضيلنا استخدام الواقي ممكن النفاذ منه داخلياً من أجل الاستخدام اليومي.

وقاية الأشياء والأشخاص الآخرين

لا تستخدم تقنية الحماية على الفرد نفسه وحسب بل على الأشخاص الآخرين أيضاً. قد ترغب مثلاً في استخدام الواقي لحماية طفلك من رفقاء الصف المستأسدين، أو التَّأثيرات الضارة لأصدقائه.



صُورة رَقْم 3 ـ 2 وقاية السيارة.

يُمكن أيضاً حماية الأشياء مثل سيارتك أو منزلك من اللصوصية. دعنا نأخذ المنزل كمثال. منزلك أكبر من جسدك بكثير. بسبب هذه الملاحظة، سينشأ لديك ميل إلى التَّفكير بصعوبة حماية المنزل كونه كبير. لإزاحة هذا الشرط العقلي، تخيل منزلك بحجم صغير ثم تخيل وقد تمت حمايته. في هذه الحالة، لا يتدخل عقلك الواعي بالعملية. إذا كان لك ملكة استبصارية أو كان لديك أصدقاء استبصاريين اطلب من أحدهم رؤية ما إذا كان منزلك قد تَمَّ تغليفه أم لا. إذا لم يكن لديك صديق، يُمكنك فحص منزلك قبل وبعد التغليف لتقرر ما إذا تمت حمايته أم لا.

إنَّ فعل الوقاية يستهّلك طاقة شفَّافة. لذلك، سيضعف الواقي تدريجياً وسيتحطم. هذا ما يبرر الحاجة إلى إعادة شحنه أو خلقه.

قد تبني واقياً لمنزلك أو سيارتك يدوم لأربع وعشرين ساعة. عندما تُصبح أكثر حرفية، فإنَّك قد تستطيع بناء واقٍ أثيري يدوم لأيام، لأسابيع أو حتَّى لأشهر.

أنماط أخرى من الواقيات

هل ترغب في تعلم كيفيَّة صناعة أنماط أُخرى من الواقيات؟ لتكوين واقٍ نجمي، ركّز على شاكرا القلب؛ لتكوين الواقي العقلي ـ ركّز على شاكرا آجنا؛ ولتكوين الواقي الرُّوحي ـ ركّزعلى شاكرا التَّاج.

يستخدم الواقي النَّجميّ من أجل الوقاية العاطفية. يستخدم الواقيان النَّجميّ والروحي بالاتحاد مع الواقي الهالي الأثيري لمنح الأخير قدرة تحويلية لتغيير الطَّاقات والأفكار الهدَّامة إلى طاقات سلام وتناغم. هذا تَمت مناقشته مبكّراً. يستخدم الواقي العقلي للمساعدة على التَّفكير بوضوح وبموضوعية.

الواقي النّجميّ أو العاطفي

يُمكن استخدام الواقي النّجميّ لتعزيز إضافي لتأثير الواقي الأثيري من أجل إحراز سلام داخلي وتوازن عاطفي في الحالات الّتي يكون فيها ثمَّة اضطراب نفسي. على الأشخاص الَّذين يعانون من اضطرابات قلبية عدم استعمال هذه التقنية. فقد تسوء حالتهم. لبناء واقٍ نجمي، تصور لوناً قرنفلياً أو ذهبياً.

1 ـ ركّز على شاكرا القلب.

2 ـ قم بتنفس براني عميق. شهيق بطيء لسبع عدات. حبس لعدة. زفير بطيء لسبع عدات. مسك لعدة واحدة. تابع لحوالي تسع دورات خلال القيام ببناء الواقي النّجميّ.

3 ـ تخّيل نوراً قرنفلياً يُحيط بك. تخيل لمبة قرنفلية بشكل إهليلجي. تخّيل نفسك وقد غدوت صغير الحجم تدخل إلى هذه اللمبة. تخيل نفسك داخلها.

4 ـ انظر باطنياً وقد أُحطت بالكامل بواقٍ قرنفلي شفاف مشرق. بإيمان كبير، اشعر بأنَّ الواقي غير قابل للتّحطيم وقوي للغاية.

5 ـ تخّيل أو تصّور الواقي النّجميّ كقرنفلة معدنية.

6 ـ أكد بصمت: «أنا محّمي من كل أشكال الهجمات العاطفيَّة والتّلويث العاطفي. ليكن كذلك. هذا الواقي منيع، ليكن كذلك. إنَّه لا يُقهر. لا يُمكن اختراقه عاطفياً. ليكن كذلك. سوف يدوم لاثنتي عشرة ساعة. ليكن كذلك. هذا الواقي قابل للنفاذ منه داخلياً. كما أريد، ليكن كذلك».



صُورة رَقْم 3 ـ 3 بناء واقٍ نجمي.

الواقي العقلي

يستخدم في حالات ترغب فيها في امتلاك جلاء ذهني كبير.



صُورة رَقْم 3 ـ 4 بناء واقٍ عقلي.

يستخدم لحمايتك من أشكال التَّفكير القَبَلية الضَّخمة أو أشكال التَّفكير القومية. يُسمَّى هذا الشَّكل الفكري الضخم بـ(القالب الفكري - egregor). الَّذي يتجلَّى في الإشراط الثقافي أو الانحياز الثقافي. منه الجيد ومنه الرديء. يُوجد منه العرقي، الديني، العلمي، الطبي...إلخ.

يتولّد القالب الفكري عبر أفكار لأناس كثر لمدة مُعيَّنة من الزمن. لذلك، يكون قوياً جدّاً. فالقالب الفكري النازي لا يزال قوياً. هذا ما يفسر وُجُود حركات نازية جديدة سرية تظهر إلى يومنا هذا. لا يقدر العديد من النَّاس العاديِّين التَّفكير بموضوعية في أمور محددة بسبب القالب الفكري. لذلك يكون خلق واقٍ عقلي مُفيد من أجل تفكير جلي. يُمكن تدعيم الواقي الهالي العقلي من خلال استخدام الواقي الهالي الرُّوحي والنجمي.

لبناء واقٍ عقلي، يُمكنك استخدام اللَّون الأصفر أو البنفسجي.

1 ـ ركّز على شاكرا آجنا أو على المنطقة ما بين الحاجبين.

2 ـ قم بالتنفس البراني العميق. شهيق بطيء لسبع عدات. حبس لعدة. زفير بطيء لسبع عدات. مسك لعدة واحدة. تابع القيام بالتنفس البراني لحوالي تسع دورات خلال قيامك ببناء الواقي.

3 ـ تخيّل النُّور الأصفر يُحيط بك. تخيّل لمبة صفراء إهليليجية الشَّكل. تخيّل نفسك وقد أصبحت صغير الحجم تدخل إلى هذه اللمبة. تصّور نفسك داخلها.

4 ـ انظر باطنياً إلى نفسك وقد أُحطت كلياً بواقٍ أصفر مشرق شفاف. بإيمان كبير، اشعر بأنَّ الواقي العقلي غير قابل للتَّحطيم وقوي جدّاً.

5 - تخّيل أو تصّور الواقي العقلي أصفرَ معدنياً.

6 - أكد بصمت: «أنا محميّ من كل أشكال الهجمات العقلية، والتأثير والسيطرة العقليَّة. ليكن كذلك. هذا الواقي منيع. ليكن كذلك. لا يُقهر. لا يُمكن اختراقه عقليّاً. ليكن كذلك. سيدوم لاثنتي عشرة ساعة. ليكن كذلك. هذا الواقي قابل للنفاذ منه داخلياً. كما أريد، ليكن كذلك».

الواقي الرُّوحي

يقوي ويعزز الواقيات الأخرى. يجب استخدامه عند الضَّرورة. تعدّ هذه التقنية قويَّة جدّاً. وفي حال استخدم يومياً وبشكل منتظم، فقد يُسبِّب ظهور متزامن للكندلاني الَّتي يصعب شفاؤها. لذلك يجب عدم استخدامه بكثرة.

1 - ركّز على شاكرا التَّاج.

2 - قم بالتنفس البراني العميق. شهيق بطيء لسبع عدات. حبس لعدة. زفير بطيء لسبع عدات. مسك لعدة. تابع التنفس البراني لحوالي تسع دورات خلال قيامك ببناء الواقي.

3 - تخّيل نوراً أبيض لماعاً أو نوراً بنفسجياً كهربائياً يُحيط بك. تخّيل لمبة إهليلجية الشَّكل مصنوعة من نور أبيض لماع أو نور بنفسجي كهربائي. تصّور نفسك وقد أصبحت صغير الحجم تدخل إلى اللمبة. تخّيل نفسك داخلها.

4 - انظر باطنياً وقد أحطت كلياً بواقٍ ذي لون أبيض لماع أو ذي لون بنفسجي كهربائي. بإيمان كبير، اشعر بأنَّ الواقي الرُّوحي غير قابل للتَّحطيم وقوي جدّاً.



صُورة رَقْم 3 - 5 بناء واقٍ روحي.

5 - تخيّل أو تصّور الواقي الرُّوحي معدنيا بنور أبيضَ لمّاعاً أو بنفسجياً كهربائياً.

6 - أكد بصمت: «أنا محّمي من كل أشكال الهجمات، كل أذى وكل خطر. ليكن كذلك. هذا الواقي منيع. ليكن كذلك. لا يُقهر. لا يُمكن اختراقه روحياً. ليكن كذلك. سيدوم إلى اثنتي عشرة ساعة. ليكن كذلك. هذا الواقي ممكن النفاذ منه داخلياً. كما أريد، ليكن كذلك».

تقنية الوقاية الهالية		
أنماط الواقيات	الشاكرات	الألوان
1 - الواقي الأثيري	شاكرا الجذر	برتقالي أو قرنّفلي
2 - الواقي النّجميّ	شاكرا القلب	قرنّفلي أو ذهبي
3 - الواقي العقلي	شاكرا آجينا	أصفر أو بنفسجي
4 - الواقي الرُّوح	شاكرا التّاج	بنفسجي كهربائي

القفازات الأثيرية

من الضّروري أحياناً المصافحة بالأيدي مع عدد كبير من الأشخاص، خُصُوصاً خلال لقاءات العمل الضخمة، المؤتمرات، أو الوظائف الاجتماعيَّة الديبلوماسية. يُمكنك بناء زوج من القفازات الأثيرية، للتقليل من التلويث النّفسيّ عبر مصافحة أيادٍ كثيرة.

الإجراء:

1 - أغلق عينيك. ركّز على أسفل العمود الفقري أو شاكرا الجذر.

2 - ألصق لسانك إلى سقف حلقك.

3 - قم بالتنفس البراني العميق. شهيق بطيء لسبع عدات. حبس لعدة. زفير بطيء لسبع عدات. مسك لعدة واحدة. تابع التنفس البراني لحوالي تسع دورات خلال بناء القفازات الأثيريَّة.

4 - تخيّل كرات من النُّور البرتقالي أو القرنفلي تحيط بكل يد.

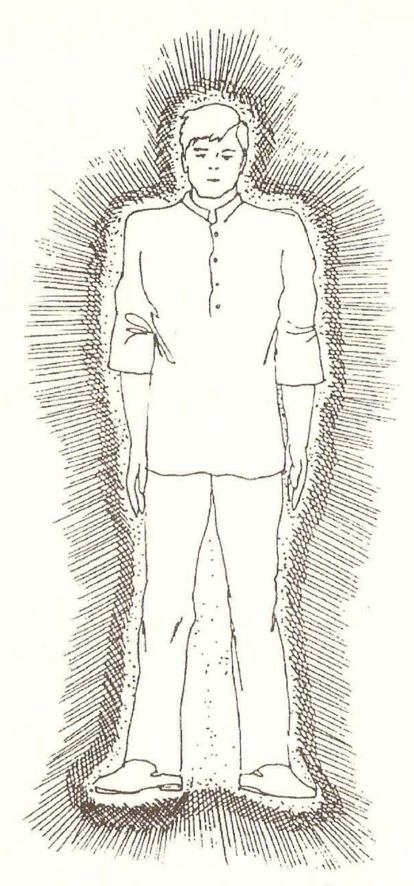
5 - اجذب كرات النُّور أو اطوها حتّى تغلف يديك.

6 - أكد بصمت: «أنا محّمي من كل تَلويث نفسي. ليكن كذلك. هذا الواقي سوف يدوم لخمس ساعات (يُمكنك تحديد عدد الساعات الّتي تريد). هذا الواقي قابل للنفاذ منه داخلياً، ليكن كذلك».

يجب خلع هذه القفازات الأثيريَّة والقذف بها إلى دلو مليء بالماء والملح عندما لا تُوجد حاجة إليها. اغسل يديك بالماء، أو بالماء والملح، أو بالماء والصابون.

واقي أثيري بمقاس الجسم

إذا كُنت نباتياً وكنت تمارس التأمل لفترة زمنية بعيدة، سيُصبح لديك ميل نحو الحساسيَّة الزائدة. فقد تشعر بالألم برفقة الآخرين، وبعدم الراحة أو الارتباك.. عندما تتّصل بهم عن قرب، لن يكون الواقي الهالي الأثيري قادراً على حمايتك من التَّلُوُث النّفسيّ. لماذا؟ لأنَّ النّاس حينها يكونون داخل واقيك الهالي الأثيري. يكمن الحل في خلق واقٍ بمقياس الجسم. هذا الواقي يجب أنْ يكون قابلاً للنفاذ منه داخلياً. هذا مهمٌّ جدّاً.



صُورة رَقْم 3 ـ 6 واقٍ أثيري بمقاس الجسم.

يفيد هذا النّوع في حالات تكون فيها على اتصال مباشر مع النّاس لمدة مُعيّنة من الزمن، مثل رُكُوب وسيلة نقل عامّة أو عندما تكون في مكان عام مثل صالة السينما. هل جربت الجلوس إلى جانب مدخنين مفرطين وشعرت بالضيق أو حتّى بالألم في أجزاء مُعيّنة من جسدك تلك القريبة من المدخن؟ لهذا تجدر الحاجة إلى بناء واقٍ بمقاس الجسم لتجنب التلويث النّفسيّ الناشئ عن القرب الجسدي أو التقليل منه.

كيف تصنع واقياً بمقاس الجسم؟

1 ـ اصنع واقياً هالياً أثيرياً.

2 ـ اجذب الواقي الأثيري أو أرخه حتّى يغلف جسمك. هذا هُو ما نعني به الحصول على واقٍ بمقاس الجسم.

3 ـ هذا الواقي يجب أن يكون قابلاً للنفاذ منه داخلياً. هذا الكلام هامٌّ للغاية.

رُبّما ترغب بخلق واقيين: واقٍ بمقاس الجسم وواقٍ هالي أثيري. في هذه الحالة، لديك خطّين دفاعيين. يُمكنك زيادة على ذلك تقوية هذين الواقيين عبر خلق واقٍ هالي روحي وواقٍ بمقاس الجسم.

إذا شعرت بالضيق الجسدي أو النّفسيّ بعد مضي ساعات، حطّم الواقي بمقاس الجسم. هذا يعني بأنّك لم تصنعه كما ينبغي. أو إنّك رُبّما تُعاني من تسمم نفسي.

إذا كان الواقي بمقاس الجسم غير قابل للنفاذ منه داخلياً. اخلق واقياً فيه ثقباً نفسيّاً. وهُو مخرج يسمح لكل الأفكار والعواطف السّلبيّة، والطاقة المستهلكة والطاقة المريضة بأنْ تخرج.

قد كانت تقنية الواقي بمقاس الجسم سرّاً مصوناً من قبل بعض

المعلمين الروحيين العظام، ومعلمي فُنُون القتال الصينية الكبار. وها نحن الآن ننشر إلى العامَّة هذه التقنية البسيطة الَّتي لا تقدر بثمن.

يُسمَّى الواقي بمقاس الجسم في إندونيسيا بـ (Kabal). وفي منطقة البيكول (Bicol) في الفليبين يُسمَّى أيضاً كابال. مع ذلك يُبرمج الكابال ليكون واقياً جسدياً أكثر من كونه واقياً نفسيّاً. كما استخدمته فُنُون القتال الصينية ليكون حصناً منيعاً إلى حدٍّ مُعيَّن. لكنْ تُوجد فيه بُقعة ضعيفة أو ثقباً نفسيّاً تخرج من خلاله الطَّاقات المستهلكة الملوثة.

في الأدب القديم ثمَّة قصص عن أناس لبسوا واقيات بمقاس الجسم. فتحدثنا الأسطورة اليونانية عن أخيلوس، المرعب الجبار، الَّذي كان محصَّناً إلى حدٍّ كبير. الَّذي مع ذلك كان لديه بُقعة ضعيفة. ثقبه التَّفسيّ كان في العقب. وعبر هذا الثقب التَّفسيّ قُتل. خرافة ألمانية أخبرتنا عن قصَّة سيغفريد الَّذي كان لديه واقياً بمقاس الجسم ادعى بأنَّه غير ممكن اختراقه. واحداً من أعدائه احتال على زوجته فبيَّنت له نقطة ضعفه في المؤخرة. بعد علمه بذلك، قذفه عدوه هذا برمح عند المؤخرة تماماً حيثُ كان الثقب التَّفسيّ. فمات.

الفصل الرَّابع

مستويات متوسطة ومتقدمة

- تقنية التحويل.
- تقنية التجذُّر.
- تقنية الدوران.
- المنظِّف التَّفسيّ للفراغ.
- الصبّار كمحطم نفسي.
- تطهير المكان بالبخور.
- دمج طرائق مُختلفة لتطهير المكان نفسيّاً.
- الأحلام المزعجة.
- تحطيم الأشباح غير المرئية غير المرحب بها.
- التعاويذ.
- الأشياء المقدسة.
- التأمّل.
- تقنية الابتهال.
- الدائرة السحرية.
- الانتقام ليس ضرورياً.

لا تخف من عُنوان هذا الفصل. فقد يكون طناناً لكنَّ تقنياته بسيطة وسهلة الاستخدام. لقد بقيت الكثير من التّقنيّات سرّاً لأزمنة بعيدة. وتم إفشاء البعض منها جُزئيّاً. واستخدم بعضها في فُنُون القتال الأيزوتيريكية الشرقية. هُنا في هذا الفصل، تظهر هذه التمارين المحجوبة بأسلوب واضح ومبسّط. لقد تمَّ تعديل الإجراءات وتم تبسيطها لتمكين الكثير من القراء القيام بتطبيق هذه التّقنيّات للتّوّ تقريباً.

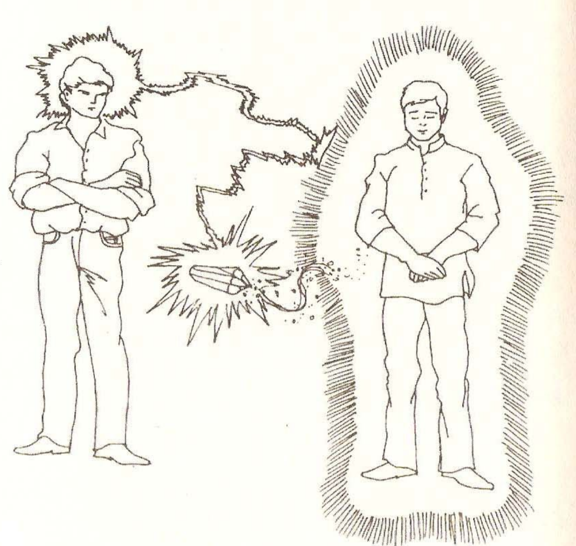
تقنية التحويل

يستخدم في هذه التقنية شيء ما لكي يتم تحويل الهُجُوم النّفسيّ أو التّلويث النّفسيّ عن الهدف. فإذا هاجمك شخص ما نفسياً، يُمكنك إعادة توجيه الأفكار والعواطف السَّلبيَّة على نحو غير مؤذٍ نحو الشَّيء الَّذي يتم استخدامه كهدف نفسي تحويلي. يُمكن استخدام كريستال الكوارتز الدَّخاني أو التُّرمالين الأسود كهدف نفسي تحويلي.

نظف الكريستال قبل استخدامه. اغسل قطعة الكريستال بالصابون تحت ماء جارٍ ثم افركها بأصابعك لدقيقتين أو ثلاث تحت الماء. أو يُمكنك وضع ليتر من الماء في دلو مع قبضتين من الملح. امزجهما جيداً ثم غطس قطعة الكريستال. افركها بالماء المملح لدقيقة أو دقيقتين. مُرها بأن تقذف الطَّاقة الملوثة إلى محلول الماء والملح. ثم جففها.

يُمكنك القيام بتنظيف إضافي لقطعة الكريستال عبر تقنية شاكراتي التّاج - اليد لإزالة كل انطباع وبرنامج نفسي منها.

1 - ألصق لسانك إلى سقف حلقك.



صُورة رَقْم 4 - 1 تقنية التحويل: تحويل الهُجُوم النّفسيّ إلى الكريستال كهدف تحويلي.

2 - ركّز على تاجك ويدك.

3 - طبق كنساً على قطعة الكريستال بالنور الأبيض اللماع أو النُّور البنفسجي الكهربائي لعشر مرّات بنية إزالة كل برنامج سابق وكل انطباع نفسي سابق.

كيف تحوّل الكريستال إلى هدف نفسي تحويلي

1 - بعد تنظيف قطعة الكريستال، قم بالتنفس البراني مُستخدماً تقنية 7 - 1 - 7 - 1. كيف تقوم بذلك؟ قم بالتنفس البراني البطني.

استنشق لسبع عدات، احبس النَّفس لعدة، ازفره لسبع عدات، امسك لعدة. قم بهذه العمليَّة لخمس دورات.

2 ـ وجّه راحتيك نحو قطعة الكريستال متابعاً التنفس البراني لاثنتي عشرة دورة إضافية. في الوقت نفسه مُرها بامتصاص الطَّاقة البرانية الَّتي تسلطها عليها.

3 ـ امسك قطعة الكريستال بيدك اليمنى.

4 ـ ركّز عليها ومُرها برقة ولكن بحزم. «سوف تمتصين على الفور كل هُجُوم نفسي يُوجّه إلي عن قصد أو غير قصد. ستمتصين كل تَلويث نفسي محتمل قبل أن يلامسني. ليكن كذلك». أعد لثلاث مرَّات.

6 ـ ثبّت الطَّاقة البرانية المُسلَّطة أو باركها بتلوين هالة قطعة الكريستال باللَّون الأزرق المبيض الفاتح. التثبيت مهم لتحافظ على فعالية قطعة الكريستال أو للحيلولة دُون تسرب الطَّاقة.

7 ـ بعد برمجة قطعة الكريستال، ضعها في دلو الماء والملح. إنَّ قبضتين من الملح ستكون كافية. للماء القدرة على امتصاص الطَّاقة الرَّقيقة الجيدة أو السَّيئة. والملح يفسخ الطَّاقة السَّلبيَّة.

8 ـ غيّر الماء المملّح كل يوم واستبدله بماء جديد. يُمكن قذف الماء المملّح المُستخدم إلى المرحاض.

9 ـ يُمكنك وضع قطعة الكريستال في غُرفة حمامك.

إعادة تنظيف الكريستال

للماء القدرة على امتصاص الطاقة الوسخة، لكنْ إلى درجة محدودة. لذلك من المستحسن تغيير الماء المملح يومياً لأنَّ لهذا تأثيراً تطهيرياً على قطعة الكريستال.

إعادة برمجة الكريستال

قد ينحل البرنامج الَّذي غرس في الكريستال بصُورة تدريجية. لذلك فمن المفضل إعادة برمجة قطعة الكريستال مرة كل سبعة أيَّام. انظر إليها. مُرها برقة ولكنْ بحزم كما أمرتها سابقاً. يجب إعادة الأمر ثلاث مرَّات.

ماذا تستخدم عوضاً عن الكريستال

ماذا تفعل، إذا كُنت لا تملك الكريستال؟ استعمل البيض، التفاح، البطاطا، الموز، المنجا، أو أية أشياء عُضويَّة أُخرى كهدف نفسي تحويلي. ببساطة مُر الشَّيء أنْ يمتص مباشرة كل هُجُوم نفسي وكل تلويث نفسي موجه إليك. أعد الأمر ثلاث مرَّات. ادفن، واحرق أو ارم البيضة المستخدمة أو الفاكهة. لا تطعمها لأي شخص، حتَّى حيواناتك.

تقنية التجذُّر

هي جزء من تقنية التحويل. حيثُ تستخدم الأرض كهدف نفسي تحويلي. ثمَّة نوعين. تقنية التجذر الرَّئيسيَّة، وتقنية التجذر الثانوية.

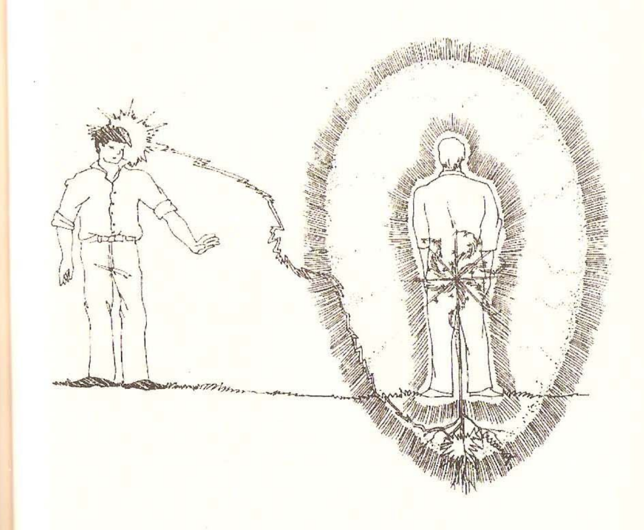
تستخدم تقنية التجذر الرَّئيسيَّة شاكرا الجذر بوصفها أساساً للجذر. فعلياً كل شخص لديه جذراً طاقياً أو نفسيَّاً مرتبطاً بالأرض. عندما تخلق جذراً بصُورة مقصودة، إنما أنت تجعل الجذر الطَّاقيّ أقوى. يُمكنك برمجة جهازك الطَّاقيّ (هالتك، الجسم الطاقي، الجذر الطَّاقيّ) بأنْ يتدفق نحو الأسفل باتجاه الأرض عبر الجذر النَّفسيّ، مهما كانت الهجومات والأفكار والعواطف السَّلبيَّة الموجهة إليك.

كيف تقوم بتقنية التجذر الرئيسية؟

1 ـ ركز على شاكرا الجذر أو على أسفل العمود الفقري.

2 ـ قم بالتنفس البراني. استنشق نفساً بطيئاً لسبع عدات. احبس لعدة. ازفره ببطء لسبع عدات. امسك التَّفس لعدة واحدة. تابع التنفس البراني لحوالي تسع دورات بينما تخلق الجذر.

3 ـ تخيّل جذراً من النُّور ينزل من أسفل عمودك الفقري نحو الأرض لعمق خمسة عشر قدماً أو خمسة أمتار.



صُورة رَقْم 4 ـ 2 تقنية التجذر الرَّئيسيَّة: التجذر عبر شاكرا الجذر.

4 ـ تخيّل بأنَّ الجذر يُنمِّي جذوراً جانبية صغيرة.

5 ـ أكد بصمت، «أقرر بأنَّ كل هُجُوم نفسي وكل تلويث موجّه إليَّ سوف يتدفق نحو الأرض مباشرة، ليكن كذلك».

«إلى الأرض الأم، أشكرك على امتصاص كل هُجُوم وكل تلويث نفسي موجه إلي. ليكن كذلك. أقرر بأنَّ هذا الجذر النَّفسيّ والبرنامج النَّفسيّ سوف يدومان لسبعة أيَّام. ليكن كذلك».

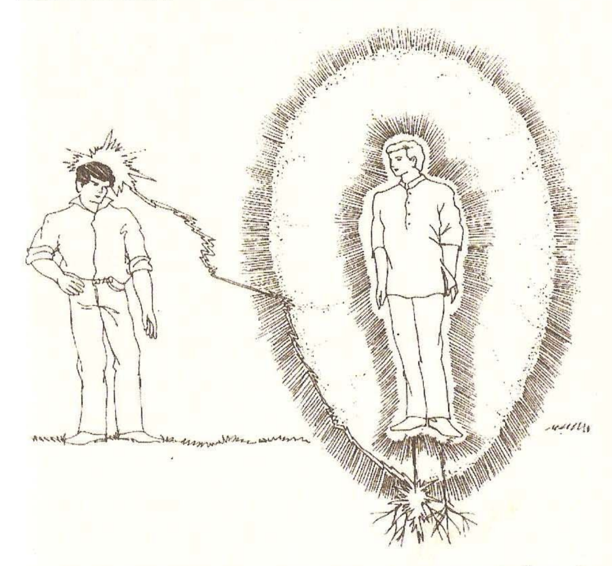
تُدعى التقنية التَّالية تقنية التجذر الثانوية على اعتبار أنَّ شاكرات أخمص القدم تمثل امتدادات لشاكرا الجذر. يُمارس المتدربون على الفُنُون القتالية الأيزوتيريكية تقنية التجذر أيضاً. حيثُ يستخدمون شاكراتي أخمص القدم كأساس للجذر. فيبرمجون جهازهم الطَّاقيّ ليحول أسفلاً نحو الأرض الطَّاقة التدميرية الَّتي يوجهها إليهم خصومهم، وبالتَّالي يقلُّ الخطر الجسدي.

1 ـ ركّز على أخمصي قدميك.

2 ـ قم بالتنفس البراني. شهيق بطيء لسبع عدات. احبس لعدة. زفير بطيء لسبع عدات. امسك لعدة واحدة. تابع القيام بالتنفس لحوالي تسع دورات على الأقل بينما تخلق الجذر.

3 ـ تخيّل جذراً من النُّور ينزل من الأخمصين نحو الأرض لعمق خمسة عشرة قدماً أو خمسة أمتار.

4 ـ تخيل بأنَّ الجذر يُنمِّي جذوراً جانبية أصغر.



صُورة رَقْم 4 ـ 3 تقنية التجذر الثانوية: التجذر عبر شاكرا أخمص القدم.

5 ـ أكد بصمت، «أقرر بأنَّ كل هُجُوم وتلويث موجه إليَّ سوف يتدفق نحو الأرض مباشرة. ليكن كذلك».

«إلى الأرض الأم، أشكرك على امتصاص كل هُجُوم وكل تلويث نفسي موجه إليَّ، ليكن كذلك. أقرر بأنَّ هذا الجذر التَّفسيّ والبرنامج التَّفسيّ سوف يدومان لسبعة أيَّام. ليكن كذلك».

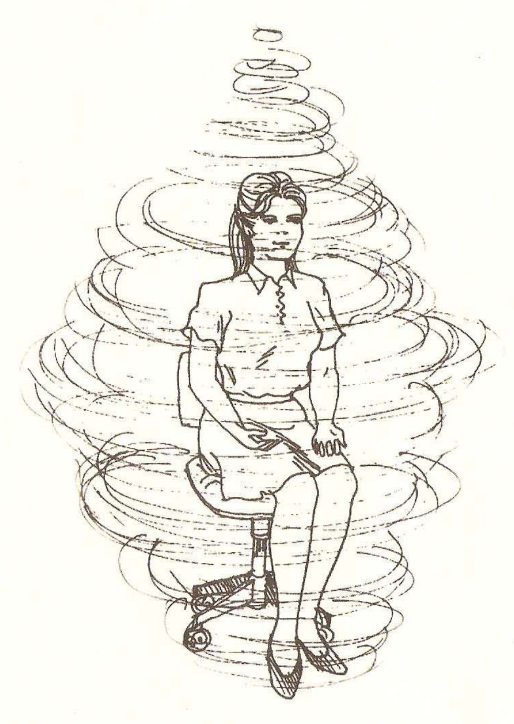
تقنية الدوران

هناك طريقتان للقيام بتقنية «دوران الهالة» أو ببساطة «تقنية الدوران». في الطَّريقة الأولى، استخدم الإرادة وتخّيل الهالة تدور باتجاه عقارب الساعة لاثنتي عشرة مرة. يجب إلصاق اللسان إلى سقف الحلق خلال القيام بتقنية الدوران. أكد بصمت، «أقرر بأنَّ كل هُجُوم نفسي وكل تلويث سوف ينحرف أو يتدفق نحو الأرض. ليكن كذلك». تُؤدِّي تقنية دوران الهالة إلى الهبوط اللولبي أو تدفُّق الهُجُوم التَّفسيّ أو الطَّاقة التَّفسيَّة المدمرة نحو الأرض. يدوم تأثير تقنية الدوران باستخدام الإرادة والتخّيل من أربع ساعات إلى ست أو أكثر، متوقفاً على مهارة الممارس. تكون هذه التقنية فعالة جدَّاً عندما يشتم الشَّخص لفظياً أو يهاجم نفسيَّاً. إنَّها تشبه تقنية التجذر جُزئيَّاً وذلك في استخدام الأرض كهدف نفسي تحويلي.

ثمَّة طريقة أُخرى للقيام بهذه التقنية وهي الدوران الرياضي أو تحريك الجسم مع عقارب الساعة لاثنتي عشرة مرة. يجب إلصاق اللسان إلى سقف الحلق أيضاً. ردّد نفس التوكيد المُستخدم في الطَّريقة الأولى. يُمكن القيام بتمرين الدوران الرياضي مرة أو مرتين يومياً.هذا التمرين ليس بقوة أو ديمومة التمرين الَّذي تستخدم فيه الإرادة والتخّيل. مع ذلك، فهُو عملي جدَّاً ويُمكن استخدامه كشكل عاجل للدِّفاع التَّفسيّ. لا تستخف ببساطته. فهُو يفعل فعله.

يُمكن للأشخاص الَّذين يعملون في بيئة متوترة، استخدام تقنية الدوران مرتين إلى ثلاث يومياً كشكل من الحماية النفسية. قد تستخدمها قبل التحدث إلى مدير بذيء أو عدواني، أو قبل حضور لقاء مجهد فيه شد، أو قبل الشجار مع زوجة غريبة الأطوار. كما يُمكن تعليم الأطفال

هذه التقنية ليحموا أنفسهم من الطَّاقة الهدامة الَّتي تتولد وتشع من والديهم بسبب الخلافات الزوجية.



صُورة رَقْم 4 ـ 4: تقنية الدوران: تخيل الهالة تدور مع عقارب الساعة 12 مرة.

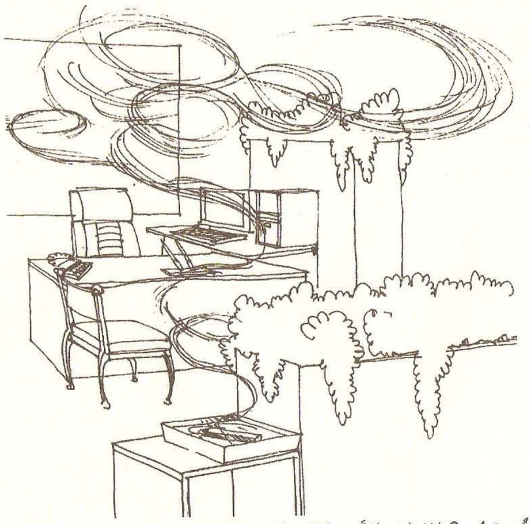
لقد ظلت هذه التقنية الفعالة للدِّفاع النَّفسي، رغم بساطتها، محجوبة لأزمان.هاهي تُعطى للعامة هنا فقط من قبل الكاتب. إنَّ جمع تقنية الدوران مع تقنية التجذر، هُو إجراء قوي جدَّاً ويمنح الإنسان الحصانة النَّفسيَّة.



صُورة 4 ـ 5 تقنية الدوران: الدوران الرياضي للجسم مع عقارب الساعة لـ 12 مرة.

المنظّف النّفسيّ للفراغ

تخيل العمل في مكتب مليء بطاقة توتر كبيرة. تشعر من لحظة فتحك للباب، بعدم الارتياح والضعف وحتى الاشمئزاز. كيف يُمكنك تنظيف المكتب من الطّاقات الموترة والسلبية الّتي تعوم فيه؟ أو تخّيل متزوجين لديهما خلافات زوجية. تجد بأنَّ الطّاقات العُدوانيَّة المُتولّدة من قبل الزوج أو الزّوجة تفضي إلى تلويث الأطفال. وبالنتيجة قد يخفق هؤلاء في المدرسة، قد يصبحون مدمني كحول أو مخدرات، أو حتّى قد يصبحون عنيفين. كيف تحمي هؤلاء الأطفال؟ واحد من الحلول هُو استخدام المنظف النّفسيّ للفراغ.



صُورة 4 ـ 6 المنظف النّفسيّ للفراغ في المكتب.

خذ قطعة كريستال كوارتز دخانية صغيرة، أو تُرمالين أسود أو تُرمالين أخضر غامق. برّمج قطعة الكريستال لتمتص وتحطم كلياً كل الطّاقات النّفسيَّة الوسخة والأفكار السَّلبيَّة الّتي تعوم في فضاء المكتب أو المنزل وتجعلها تتدفق خارجاً نحو محلول الماء والملح. ضع القطعة في دلو يحتوي على ليترين من الماء وقبضة ملح. غير الماء مرتين إلى ثلاث أسبوعياً. يُمكن تنظيف القطعة، وإعادة شحنها وإعادة برمجتها مرة في الأسبوع. قبل القيام بذلك، مُرها بأن تتوقّف عن القيام بعملها. من فضلك انظر في قسم «كيف تحول الكريستال إلى هدف نفسي تحويلي» صفحة (85).



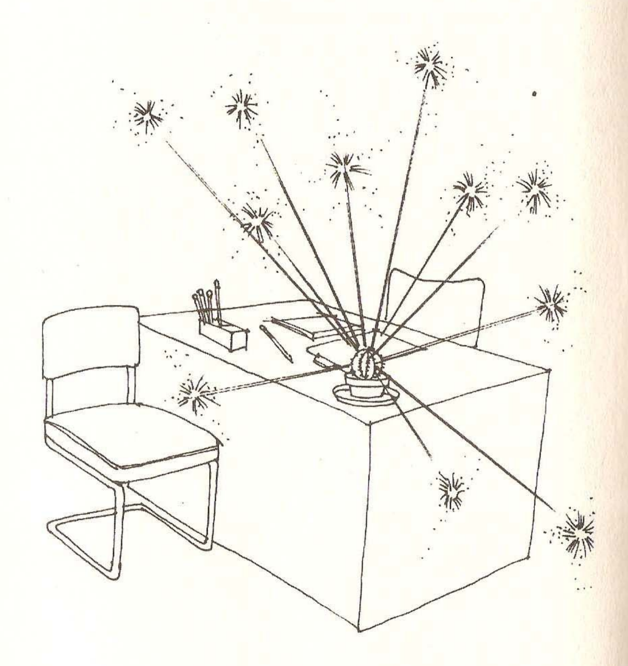
صُورة 4 ـ 7 المنظف النّفسيّ للفراغ في المنزل.

الصبّار كمحطّم نفسي

إذا لم يكن لديك كريستال أو تُرمالين أسود، يُمكن استخدام الصبّار كبديل. حيث أنَّ للإبر الشوكية بحد ذاتها درجة مُعيَّنة من القُوَّة لتنظيف المكان نفسيّاً. إنَّها تسلط طاقات حادة لها مفعول تطهيري وتفسيخي. هذا ما يُعلل وضع بعض الأشخاص الصبّار في منازلهم أو مكاتبهم بصُورة غير واعية.

لاستخدام الصبّار كمحطّم نفسي، تحدث معها وأعطها الأمر التّالي: «أيها الصبّار، اصغ إليَّ. حطّم كل طاقة نفسيَّة متسخة، كل الأفكار السَّلبيَّة والعناصر السَّلبيَّة الَّتي تقوم داخل المكتب (أو المنزل). حطّم كذلك كل طاقة نفسيَّة متسخة قد تكون متشربة في الجدران أو عائمة داخل المكتب (أو المنزل)».

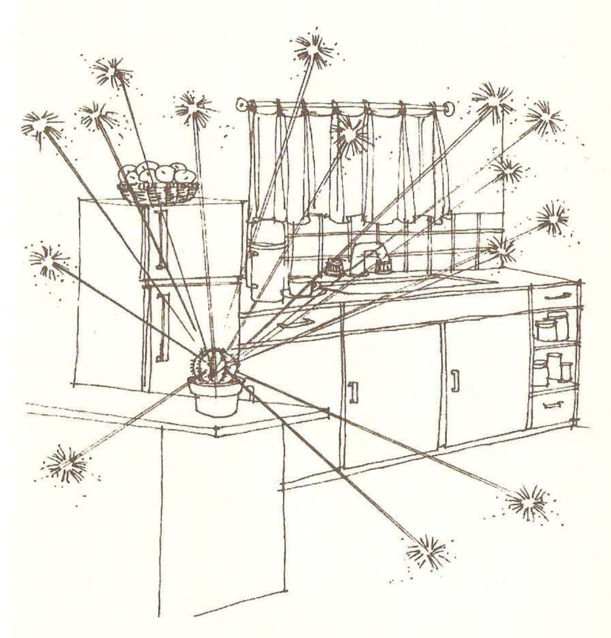
قم بهذا يومياً، سبع مرَّات أسبوعياً، 365 يوماً في السنة. بدلاً من استخدام عبارة «طاقة نفسيَّة متسخة»، يُمكنك استخدام عبارة «طاقة موترة» أو «طاقة غضب»، اعتماداً على نوع الحالة. لتنظيف المكان نفسيّاً قد يتطلَّب من الصبّار ثلاثين دقيقة أو ساعتين أو ثلاث، متوقفاً على حجم الغرفة، وكمّيَّة الطَّاقة النَّفسيَّة الوسخة داخلها وحجم الصبّار. لتعزيز قدرة الصبّار على أن يكون محطّماً نفسيّاً فعالاً، اشحنها بالبرانا عبر التنفس البراني (7 ـ 1 ـ 7 ـ 1) لاثنتي عشرة دورة.



صُورة رَقْم 4 ـ 9 الصبّار كمحطّم نفسي في المكتب.

من المستحسن وضع الصبّار في الأماكن المحتشدة مثل البارات، والمطاعم والأماكن الأخرى الّتي تكون فيها الطّاقة متسخة أثيرياً. هذا من أجل وظيفة التنظيف. يمكنك وضع الصبّار في المرحاض أيضاً.

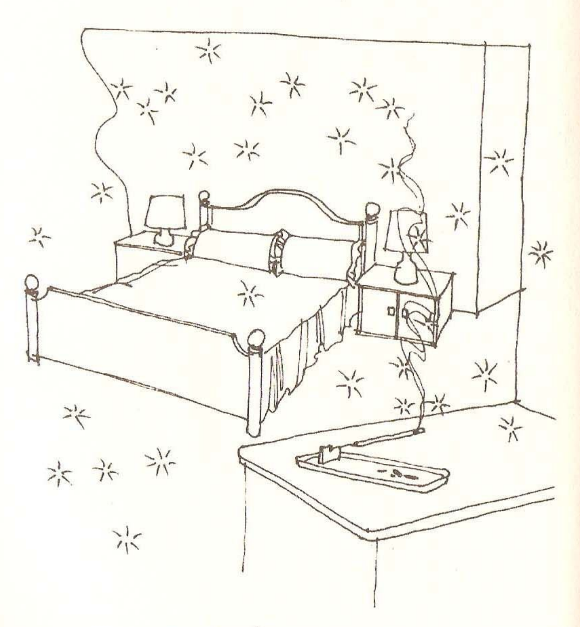
لقد عرفت طريقة استخدام النّباتات للحماية النّفسيَّة والغايات النّفسيَّة الاخرى من قبل الشامان الأمريكيين.



صُورة رَقْم 4 ـ 9 الصبّار كمحطّم نفسي في المكتب.

تطهير المكان بالبخور

يُستخدم البخور لتنظيف أماكن محددة. ثمَّة أنواع مُختلفة منها. يخلق البخور والعطور، اعتماداً على التَّجارب، أنواعاً محددة من الطّاقة لغايات محددة. فعلى سبيل المثال، يُنتج حرق الصندل ذرات من نور أخضر له وظيفة تطهيرية. وللورد طاقة قرنفلية. يُمكنك استخدامه عندما تنشد السكينة والسلام.



صُورة 4 ـ 10: التنقية النّفسيَّة للمنزل أو المكتب بالبخور.

لتنقية مكان ما، استخدم بخور الصندل، المريمية أو الخزامى. من المستحسن، عند حرق البخور، أن تشركها بالصلاة لجعل التطهير أكثر فعالية. يجذب البخور المشتعل نقاطاً من النُّور أو كائنات دقيقة من النُّور. هذه الكائنات من النُّور يمكنها ببساطة اتباع الأوامر، قل ببساطة: «إلى كائنات النور، شكراً لك على تنقية المكان من كل الطَّاقات النَّفسيَّة المتسخة، من الأفكار والعواطف السَّلبيَّة والعناصر السَّلبيَّة. شكراً لك على القيام بعمل رائع».

يُمكن تقوية الأثر التطهيري للبخور المشتعل عبر استخدام المانترا أوم (AUM). ضع كاسيتاً أو قرصاً مدمجاً من المانترا أوم لساعة أو ساعتين بينما يحترق البخور. من المُهمِّ فتح الأبواب والنوافذ للسماح للهواء النقي والطاقة بالدخول و للطاقة المتسخة بالخروج.

دمج طرائق مختلفة من تطهير المكان نفسياً

يُمكنك استخدام طرائق مُختلفة لتنظيف مكان ما نفسيّاً: تنظيف الفراغ نفسياً، الصبّار كمحطّم نفسي، واستخدام البخور مع المانترا أوم. هذه يجب أن تكون أكثر من كافية لتطهير مكان ما نفسيّاً بصُورة كُلِّيَّة.

للصحة الجسدية أهمِّيَّة أيضاً. فللطاقة والصِّحَّة النَّفسيَّة أهمِّيَّة متعادلة في سعادة الإنسان النَّفسيَّة والجسدية. وبما أنَّ السَّعادة النَّفسيَّة والإنجاز يتأثران بصحَّة مكان العمل النفسية، فإنني أتوقع مستقبلاً أن يطالب العمال بالمكتب النظيف نفسيَّاً والخالي من طاقة التَّوتُّر.

الأحلام المزعجة

ماذا يُمكنك أن تفعل، عندما يكون لدى الأطفال أحلام مُزعجة؟

استخدم الماء والملح، البيض، أو الكريستال كمنظّف نفسي للفراغ. مُر المنظّف أن يمتص أي طاقة منتشرة يُمكن أن تُؤثّر بنوم الطفل. ثم ضعه جانب السرير. يُمكنك كذلك تشغيل كاسيت أو قرصاً مضغوطاً من المانترا أوم أثناء نوم الطفل.

تحطيم الأشباح غير المرئية غير المرحب بها

كيف تعوق شبحاً غير مرئي غير مرحب به من دخول مكان محدد، مثل بيتك؟

ببساطة استخدم الصبّار. اطلب منها إعاقة وطرد الأشباح غير المرئية غير المحتفى بها أو إزعاجها. طريقة أُخرى بأنْ تشعل بخور الصندل وفي الوقت نفسه تشغل كاسيتاً أو قرصاً مضغوطاً من المانترا أوم. كما يُمكنك استخدام الأضواء البنفسجية شديدة السطوع في الأماكن الَّتي تشعر فيها بوجود هؤلاء السُّكَّان غير المرئيين. إنَّ لطاقة النُّور البنفسجية تأثيراً قوياً عليهم وسوف تجعلهم غير مرتاحين. هناك طريقة أُخرى هي أن تطلب مُساعدة الملاك ميكائيل أو الإله شيفا (SHIVA)، أو بعض الآلهة القوية الأخرى أو القديسين لجلب كائنات دنيوية إلى حقل النُّور.

التعاويذ

هي شيء مخصّص لأجل الحماية أو لأغراض أخرى. تكون التعويذة فعالة جداً، عندما تخصّص أو تفوّض بصُورة مناسبة. كما يُمكن صنعها بمجرد الطلب من المرشد الرُّوحي مباركة الشَّيء. تُوجد طرائق مُتنوِّعة لصناعة التعويذة. تستخدم في بعض الحالات، طقوس خاصة.

لتخصيص تعويذة، نظّف بداية الشّيء المُستخدم نفسيّاً عبر تقنية شاكراتي التّاج - اليد. ثم اشحنه عبر القيام بالتنفس البراني (7 - 1 - 7 - 1) لاثنتي عشرة دورة بينما تبرّمجه في الوقت نفسه. أعد شحن التعويذة مرة في الأسبوع. يُمكن برمجة التعويذة من أجل الدّفاع النّفسيّ أو لغايات أُخرى.

الأشياء المقدسة

يُمكن للأشياء المقدسة أو الدِّينيَّة تقديم الحماية لك. فالصلبان قويَّة جداً، خُصُوصاً المبارك منها. كذلك الآثار أو الأشياء المتبقية عن القديسين هي أيضاً قويَّة للغاية لأنَّها تحتوي على اهتزاز القديس. ثمة طاقة رُوحيَّة ضخمة في الكتب المقدسة الَّتي قرأت من قبل القديسين أوالتي قرأت بكثرة لمرات كثيرة، وهي لهذا تنفع في الحماية. يُمكن وضع صُورة لقديس أو مرشد روحي داخل علبة ذهبية أو فضية تُلبس كقلادة. من المُهمّ أن تطلب من القديس أو المرشد الرُّوحي أنْ يبارك الصورة والعلبة بالإرشاد الإلهي، بالمساعدة الإلهية والحماية الإلهية قبل استخدامها.

التأمّل

تكون طاقتك ودرجة اهتزازك عالية، عندما تتأمل. لذلك عندما يُوجِّه شخص ما طاقة سلبيَّة إليك، تكون عصياً على الاختراق نفسيّاً لأنك لا تستجيب لأي نوع من الطّاقة السَّلبيَّة.

تقنية الابتهال

يُمكن استخدام تقنية الابتهال بوصفها شكلاً من الدّفاع النّفسيّ

عبر الدعاء باسم الله، باسم شخص مقدس، باسم قديس أو باسم مرشد روحي من أجل الحماية.

يُمكن للمسيحيين استخدام اسم السَّيِّد المسيح، واسم مريم العذراء أو الملاك ميكائيل من أجل المُساعدة والحماية الإلهية.

كما يُمكن استخدام أسماء الله المقدسة المرتبطة بشجرة الحياة القَبَلانية. يُوجد أحد عشر اسماً لله تماثل الإحدى عشر (Sephiroth). يحتوي العهد القديم على أسماء قَبَلية لله هي بمنتهى القُوَّة. قد يبتهل الصوفيون لبعض أسماء الله الحسنى التسعة والتسعين من أجل الحماية النَّفسيَّة ومن أجل أغراض أُخرى مُتنوِّعة.

تُعَدُّ أسماء الأشخاص المقدسين، القديسين أو المرشدين الروحيين قويَّة للغاية. عُرف القديس الإيطالي المعاصر (Padre Pio) بقدرته على إنجاز معجزات خارقة. كما عُرف القديس الهندي المعاصر والمرشد الرُّوحي (Sri Lahiri Mahasaya) أيضاً بقدرته على القيام بالمعجزات. وعُرف أيضاً القديس الهندي (Shirdi sai baba) بقدرته على إنجاز الخوارق. هؤلاء فقط هُم بضع أسماء من قديسين معاصرين عُرفوا بالاستجابة لطلب المُساعدة.

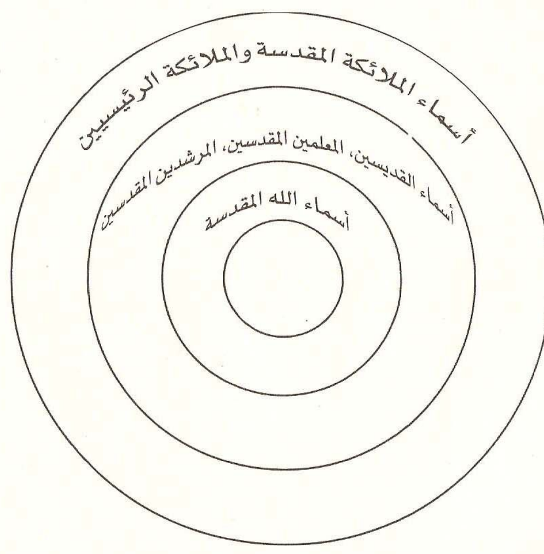
يُمكن للبوذي استخدام معتقداتهم المقدسة لقديسين بوذيين مثل الإله غواتاما بوذا، الإله ماتيريا، بوذيساتفا كوان ين، وآخرين. الطاوي يُمكنه استخدام أسماء القديسين الطاويين. إذا كان عندك مرشد رُوحيٌّ متطور إلى حد كبير، يُمكنك استخدام اسم مرشدك.

كما يُعَدُّ الابتهال للأم المقدسة ذو مفعول قوي جداً، خُصُوصاً إذا كُنت متعصباً لمبدأ الأنثى أو الأم المقدسة. لقد كان هذا المبدأ منتشراً في

العصور القديمة حتّى أصبحت الأديان أبوية. كذلك يمكنك استخدام الأسماء المقدسة أو الدينية. يُمكن للقراء الاصطفائيين في مسلكهم الديني فقط استخدام كلمة «الله» أو «إله الكون الأعظم».

الدائرة السحرية

تستعمل الدائرة السحرية فقط عند الحالات العاصفة من الهُجُوم التّفسيّ مثلاً عندما ينسق مجموعة من الأشخاص هجوماً نفسيّاً قوياً ضدك، أو يُرسل مهاجم ما كينونة سلبيَّة عنيفة نحوك. لهذا يكون من النادر استخدام هذه الدائرة.



رسم 4 ـ 11 الدائرة السحرية.

ارسم سلسلة من الدوائر على الأرض. سوف يتم رسم حوالي أربع دوائر. اكتب بين الثّالثة والرابعة أسماء الملائكة المقدسة، أو الملائكة الرئيسيين. ثم بين الثّالثة والثانية يُمكنك استخدام أسماء القديسين، المعلمين والمرشدين المقدسين. أخيراً، اكتب أسماء مقدسة مُتنوّعة من أسماء الله بين الثّانية والأولى. اجلس في مركز الدائرة خلال فترة الهُجُوم التّفسيّ. مع هكذا أسماء مقدسة عديدة، لا يُمكن لأي هُجُوم نفسي أو كائنات سلبيَّة اختراق الدائرة السحرية.

الانتقام ليس ضرورياً

هل من الضّروري الانتقام؟ هناك سببان يبرران عدم الحاجة إلى الانتقام:

1 ـ التّأثير المرتد

عندما تخلق كينونة فكريَّة من قبل شخص ما، ينشأ رباط أثيري يربطه أو يربطها إلى الكينونة الفكريَّة. هذا ما يفسر كيفيَّة ارتداد أو إرجاع، الكينونة الفكرية السلبية، أو العناصر السّلبيَّة المرسلة إليك، إلى مرسلها عندما تُرفض.

2 ـ الشّبيه يجذب شبيهه

في العالم الرُّوحي كائنات كثيرة منها السّيِّئة ومنه الجيدة. فعندما تعاد الطّاقة المدمرة إلى مرسلها، فإنّها تجذب نوعاً مماثلاً من الطاقة. مع الوقت سوف تعود، فتكبر الطّاقة السّلبيَّة حينها أضعافاً أو أكثر. إنّها أشبه بقذف شخص ما لعود الأسنان لتعود كرمح، أو قذف حصاة فتعود كجلمود صخر كبير.

الهُجُوم النّفسيّ المعاكس والدّفاع النّفسيّ المضاد

- تحطيم وإعادة برمجة الواقي الهالي النّفسيّ.
- قطع الحبل الطّاقيّ أو الرباط النّفسيّ.
- الازعاج: التّسامح والحنان المحب.
- الدّفاع اللامحدود: قانون الكارما.
- عدم الذهاب في فضلية اللاعنف إلى أقصاها.

ليست الغاية من هذا الفصل تزويد القراء بطرائق الهُجُوم التّفسيّ المعاكس، بل إظهار ضعف بعض التّقنيّات وتقديم علاجات في كيفيّة تقوية الدِّفاع التّفسيّ.

تحطيم وإعادة برمجة الواقي الهالي التّفسيّ

لا يتطلّب تحطيم الواقي الهالي عبر إعمال قُوّة الإرادة الصرفة إلا إلى إيمان وجهد معين. و رغم ما يتمتع به المتمرّس النفسيّ الخبير على تحطيم الواقي الهالي، فإنّه بالإمكان تحييد الموضوع أو الضّحيَّة بسهولة عبر خلق إيمان قوي بحصانة الواقي، غير القابل للتخريب، والذي لا يُقهر. يجب القيام بهذا بإيمان صادق. يجب ألاّ يكون هناك شك، فالشك يضعف قُوّة الواقي الهالي التّفسيّ إلى حدٍّ كبير.

من الطرق الأسهل لتحطيم الواقي الهالي أنْ يتم إعادة برمجته. هذا يتم عبر قُوّة الإرادة أو عبر «قصدية عقليّة» لمحو أو حل البرنامج. يتألف البرنامج بصُورة أساسيَّة من الطّاقة مضاف إليها القصدية العقليّة. بما أنَّ الواقي يُصنع عقلياً من قبلك، فإنَّه يُمكن إزالته ببساطة عبر عكس برمجته.

ما هُو الدِّفاع المضاد لهذا؟ الدِّفاع المضاد يتم عبر إقامة «برنامج سري». عندما تقوم ببناء الواقي، عليك أن تقرر بأنَّك وحدك القادر على «برمجته، إعادة برمجته، وعكس برمجته». وعلى الرَّغم من أنَّك قد برمجت الواقي ليصبح منيعاً لا يُقهر وغير قابل للتخريب، فإنَّك لم تأمره على أن تكون أنت الوحيد القادر على برمجته بأية حال. لذلك، عندما تصنع واقياً، قل ذهنياً: «أنا وحدي القادر على برمجة، إعادة برمجة وعكس برمجة الواقي، ليكن كذلك». ردد ذلك ذهنياً لثلاث مرَّات.

تجربة مقترحة

1 ـ اطلب من صديق أو رفيق أن يشكل واقياً هالياً. اسمح له أو لها ببضع دقائق لخلق واقٍ قوي.

2 ـ افحص الواقي الهالي بأصابعك. الفحص هُو تقنية تتمكن من خلالها من الإحساس بالحقل الطّاقيّ عبر استخدام اليدين. (انظر الملحق (1)، والملحق (2) حول الحساسيَّة والفحص على التوالي).

3 ـ حطم الواقي ببساطة عبر استخدام قُوّة الإرادة.

4 ـ أعد فحص الواقي. فإذا صنع بصُورة جيدة، فإنَّه سيبقى سليماً على الأرجح.

5 ـ جرب طريقة أخرى، ركّز على شاكرا آجنا. آجنا هي المركز الطّاقيّ بين الحاجبين. فقط قل ذهنياً «انمحي» أو «عكس برمجة». وجه هذا الكلام إلى الواقي الهالي. قم بذلك لحوالي 10 ـ 20 ثانية.

6 ـ أعد فحص الواقي، ستجد بأنَّه قد انحل أو تحطم.

7 ـ أعد التجربة. بعد بناء الواقي الهالي، على الشّخص أن يؤكد ذهنياً، «أنا وحدي القادر على برمجة، وإعادة برمجة، وعكس برمجة الواقي، ليكن كذلك». ليُعد هذا التأكيد لثلاث مرَّات.

8 ـ حاول عكس برمجة الواقي. ستجد من الصعوبة تدميره، إنْ لم يكن من المستحيل تقريباً.

قطع الحبل الطّاقيّ أو الرباط التّفسيّ

ما هُو الهُجُوم المضاد لتقنية التحويل؟ ببساطة اقطع الحبل الطّاقيّ أو الرباط التّفسيّ بين الشّخص وهدف التحويل أو قطعة الكريستال. حالما يقطع الرباط، فإنَّ الهُجُوم التّفسيّ سوف يخترق الشّخص. ما هُو الدِّفاع

المعاكس لهذا؟ برمج الرباط التّفسيّ ليغدو غير قابل للتخريب؛ لا يُقهر ولا يُمكن قطعه. هذا هام لمنع إمكانية قطع الرباط.

ثمَّة طريقة أُخرى من الهُجُوم المضاد لتقنية التحويل هي حل البرنامج من هدف التحويل أو قطعة الكريستال. حالما يتم محو البرنامج، سيكف هدف التحويل عن جذب وامتصاص الطّاقة المدمرة. الدّفاع المضاد لهذا هُو صناعة برنامج سري لهدف التحويل أو قطعة الكريستال. قرر إرادياً أنَّك الوحيد القادر على «برمجة»، «إعادة برمجة» و «عكس برمجة» هدف التحويل أو قطعة الكريستال. هذا يُمكن إنجازه ببساطة عبر التأكيد، «أنا وحدي القادر على برمجتك، وإعادة برمجتك، وعكس برمجتك. ليكن كذلك». هذا سيمنع برنامج هدف التحويل، والرباط التّفسيّ ضمناً، من أن ينمحي.

الإزعاج: التّسامح والحنان المحب

ماذا ستفعل لو كان هدف الهُجُوم التّفسيّ واقياً هالياً قوياً ولا يُمكن عكس برمجته؟ ما هُو الهُجُوم المضاد؟ قم بما هُو بذيء أو قل شيئاً بذيئاً. هذا لإزعاج الهدف. هُو سيغدو مضطرباً أو بحالة غضب. عندما يقوم الإنسان بردة فعل عاطفيَّة تجاه الكلمات البذيئة أو غير المهذبة، يميل الواقي التّفسيّ إلى الضعف وقد تظهر فيه ثُقُوب وتصدعات. إزعاج الهدف هي طريقة لإضعاف الواقي. فإذا أصبح غاضباً وساخطاً فإنَّه سيغدو عرضة للهُجُوم التّفسيّ، على مبدأ الشّبيه يجذب شبيهه.

ما هُو الدّفاع المضاد لهذا؟ التّمرُّن على الحنان المحب والتسامح. فبدلاً من أن تُصبح غاضباً، حافظ على هُدُوئك وبارك هذا الشّخص بالمحبة والتسامح. عندما تشع بالمحبة والتسامح، تكون هالتك من نوع غير القابلة لجذب الطّاقة الهدامة. والهُجُوم التّفسيّ سوف يرتد على المهاجم.

هذا ما يفسر قول السَّيِّد المسيح في إنجيل لوقا 6: 28 في العهد الجديد: «باركوا لاعنيكم، وصلُّوا لأجل الَّذين يسيئون إليكم».

الدّفاع اللامحدود: قانون الكارما

(الحنان المحب واللاعنف)

لنقل إنَّك صلب، قوي وهادئ. فأنت تملك واقياً قوياً. مع ذلك قد تأتي مرحلة من حياتك تُصبح فيها ضعيفاً. بعض سحرة الفن الأسود صبورين إلى حدٍّ بعيد. إنَّهم ينتظرون وينتظرون حتَّى يُصبح الهدف أو الضَّحيَّة ضعيفاً وعرضة للهُجُوم التّفسيّ. الانتظار بصبر حتَّى حلول اللحظة المناسبة هي طريقة أُخرى للهُجُوم المضاد.

ما هُو الدّفاع المعاكس لهذا؟ إنَّه قانون الكارما عبر مُمارسة الحنان المحب واللاعنف. «الأهيمسا» أو التّمرُّن على اللاعنف هُو الدّفاع اللامحدود. في المزمور 91: 7 من الكتاب المُقدَّس: «ليسقط على جانبك ألف وعن يمينك عشرة آلاف ولا شيء يصيبك».

إذا لم تولّد كارما العنف، فإنَّ أي أذى لا يقدر على الاقتراب منك - ولا يُمكن أن تُهاجم أو تُقتل لأنك لن تحصد شيئاً لم تزرعه. هذا ما يفسر كيف ينجو واحد أو اثنان، في حادث مثل تحطم طائرة، بدُون أذى وعلى نحو إعجازي، بينما يموت باقي المسافرين. إذا لم تؤذِ الأشخاص الآخرين جسدياً، فإنَّك لن تُؤذى جسدياً. وإذا لم تؤذِ الآخرين ذهنياً وعاطفياً، فإنَّك لن تهاجم نفسيَّاً. مع ذلك، هل لاحظت في أمثلة كثيرة من حياتك كيف كُنت تنتقد الآخرين بصُورة ظالمة كلامياً وذهنياً؟ هذا شكل من الهُجُوم التّفسيّ. لكي تؤهل بأن تكون تحت حماية آلهة الكارما، عليك أن تَبْرع في فضيلة الحنان المحب واللاعنف. المشكلة الكبرى هي ما إذا كُنت قادراً على التقدم في ذلك حتَّى البراعة.

يجب عدم الذهاب في فضيلة اللاعنف إلى أقصاها

يجب عدم الذهاب بفضيلة اللاعنف إلى مُستوى التعصب. ففي الحياة عليك أن توازن بين زوج من المتناقضات، وإلا، سيكون هناك تشوش. فالحنان واللاعنف، مثلاً، يجب أن يتوازنا مع النظام والصرامة. فإذا كان لدى إنسان مرض جرثومي، فإنَّه ليس لديه خيار إلا في أن يتناول المضادات الحيوية ليقتل الجراثيم وليوقف المرض. لو سمح للقتلة التجوال في المدينة، فإنَّ حياة النَّاس قد تُصبح في خطر. لهذا السبب على الدولة وضعهم في السُّجُون. إنَّها ببساطة قضية أمن ونظام.

فعلى الرَّغم من أنَّ اللاعنف هُو الدِّفاع اللامحدود، فإنَّ ذلك لا يعني عدم السماح باستخدام القُوَّة. مع ذلك، عندما تستخدم القُوَّة، ليكن من أجل غاية قصوى، لتحمي نفسك، والآخرين والمجتمع، أو لكي تلقّن دروساً مُعيَّنة.

سأل شاب أستاذاً: «إذا أدب الوالدان أطفالهم جسدياً، هل هذا يمثل شكلاً من العنف؟» أجاب الأستاذ: «إذا لم يؤدب الوالدان أطفالهم، فإنهم سيصبحون عندما يكبرون عالة قانونية على العائلة والمجتمع. سيصبحون عنيدين وغير مسؤولين، لذلك أيهما أكثر عنفاً، تأديب الأطفال أم عدم تأديبهم؟».

على المرء، عندما يستخدم القُوَّة، أن يُفكِّر بالوقت المناسب لاستخدامها، بنوع القُوَّة المناسب وكمِّيَّة القُوَّة المناسبة. القُوَّة في معناها الأيزوتيريكي، تكون البراعة في اللاعنف براعة في القُوَّة. والقوة على وجه الخصوص، هي البراعة في الصبر المفرط وعدم الاستخدام الزائد للقوة.

الفصل السادس

إجراءات ترياقية

- كيف تتعامل مع سحرة الفن الأسود.
- الاقتلاع أو تقنية التطّهير.
- العلاج التّفسيّ البراني.
- حمام الماء والملح والقهوة.
- الأدعية أو الابتهال.
- التأمل على القلبين التوأمين.

ماذا يُمكنك أن تفعل لُمساعدة الضحية، إذا كان الشَّخص مخترقاً نفسياً؟ ثمَّة إجراءات علاجية مُتنوّعة:

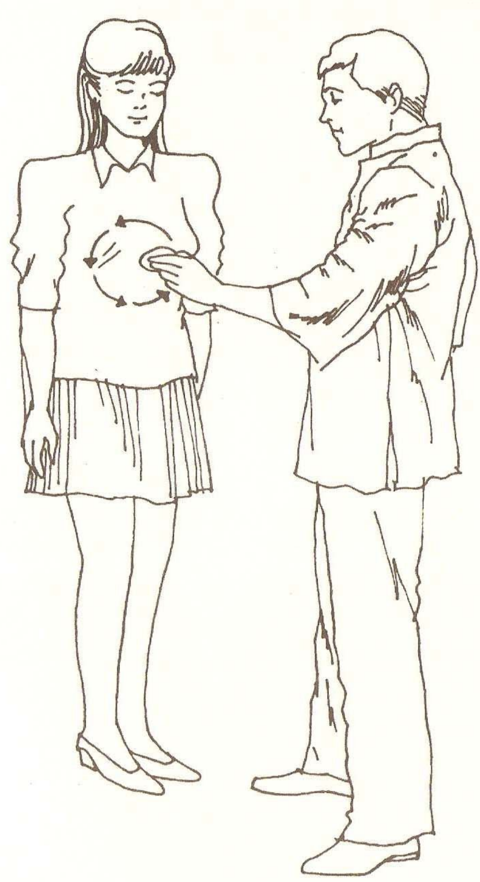
1 ـ قطع الحبل الطَّاقيّ أو الرباط النَّفسيّ.
2 ـ الاقتلاع أو تقنية التطّهير.
3 ـ العلاج النَّفسيّ البراني.
4 ـ حمام الماء،والملح والقهوة.
5 ـ الصلاة أو الابتهال.
6 ـ تأمل القلبين التوأمين.

كيف تتعامل مع سحرة الفن الأسود

(قطع الحبل الطَّاقيّ أو الرباط النَّفسيّ)

قد يستخدم السَّاحر أحياناً دمية أو صُورة لمهاجمة شخص ما نفسيَّاً. الدِّفاع المعاكس لهذا هُو في قطع الرباط النَّفسيّ بين الشَّخص والدمية أو الصورة. وبالمحصلة، سيكون صعباً للغاية بالنِّسبة إليه اختراق جسم الضَّحيَّة المادِّيّ والأثيري نفسيَّاً. كيف تقطع الرباط النفسي؟ تخيل وُجُود حبل بين الضَّحيَّة والشيء. ثم تخيل الحصول على مقص أو سكين واقطع الحبل الطَّاقيّ أو الرباط النَّفسيّ.

يملك بعض السَّحرة هدفاً ثانوياً عندما يهاجمون شخصاً ما نفسيَّاً. فالهدف الثانوي يمنع التأثير المرتد على السَّاحر في حال فشل الهُجُوم النفسي أو في حال عدم اختراقه الهدف الرئيسي. في هذه الحالة، ما الَّذي يجب القيام به؟ اقطع الرباط النَّفسيّ بين الهدف الثانوي والساحر. رد الهُجُوم النَّفسيّ. إنَّه سيعود مرتداً إلى السَّاحر بصُورة آليَّة. سوف ترتد الطَّاقة المدمرة مُضاعفة القُوَّة بمرَّات عديدة أكثر منها عندما أرسلت في البداية.



صُورة 6 ـ 1 الاقتلاع أو تقنية التطّهير: در البيضة عكس عقارب الساعة قرب الجزء المصاب.

الاقتلاع أو تقنية التطهير

تُجرى هذه التقنية باستخدام بيضة أو قطعة كريستال كأداة اقتلاع. خذ بيضة طازجة أو قطعة كريستال ومُرها بامتصاص الطَّاقة النَّفسيَّة الهدامة، وكل كينونة فكريَّة سلبيَّة و/أو عناصر سلبيَّة من الضَّحيَّة. تكون الهجمات النَّفسيَّة مستقرة عادة في المناطق الَّتي يُوجد فيها تضخم طاقي. قد تتأثر أعضاء مُعيَّنة في الجسد، وتتأثر عادة شاكرات مُعيَّنة مثل شاكراتي الضَّفيرة الشَّمسيَّة الأمامية والخلفية، آجنا، الحلق، الجذر، السرة وحتى أحياناً شاكرا التَّاج. للقيام بهذه التقنية، ضع البيضة أو قطعة الكريستال جانب الجزء المصاب، والعضو المصاب أو الشاكرا المصابة، ثم أدرها عكس عقارب الساعة واعمل الإرادة بأن تقتلع البيضة أو قطعة الكريستال الطَّاقات السَّلبيَّة الهدامة، الكينونات الفكرية، و/أو العناصر السلبية. طبّق ذلك على جميع الأجزاء والشاكرات المصابة. رُبَّما تحتاج لاستخدام عدَّة بيضات أو كريستالات.

بعد الاقتلاع، يجب حرق البيض أو دفنه. يجب نقع قطع الكريستال بمحلول ماء وملح لساعات عدة. مُر الكريستالات بأن تطرد كل طاقة وسخة ومدمرة إلى محلول الماء والملح. للماء المقدرة على امتصاص الطَّاقات الهدامة والوسخة بينما يفسخها الملح. ادفق محلول الماء والملح في المرحاض.

العلاج النَّفسيّ البراني

يُمكن استخدام العلاج النَّفسيّ البراني لمعالجة الهجومات النَّفسيَّة. قد يستخدم المعالج البراني نوراً بنفسجياً كهربائياً ليحطم الرباط النَّفسيّ أو الحبل الطاقي، والطاقات النَّفسيَّة المدمرة، الكينونات الفكريَّة السلبية، والعناصر الَّتي قد تتوضع في أعضاء وشاكرات معينة.

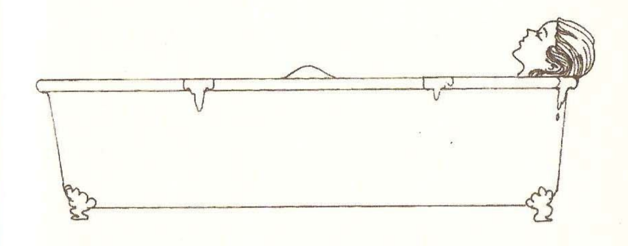
هذا يجب القيام به بدقة. إنَّ استخدام العلاج البراني النَّفسيّ لمعالجة الهُجُوم النَّفسيّ يستدعي شخصاً لديه درجة عالية من التخصص والخبرة. لمزيد من المناقشة المستفيضة حول الموضوع، راجع كتاب «العلاج النَّفسيّ البراني» للمعلم تشوا كوك سوي من فضلك.

ليست كل الهجومات النَّفسيَّة يقوم بها السَّحرة. أحياناً يقوم بها شخص طائش كالأستاذ. فقد ينتقد الأستاذ طالباً شاباً بصُورة عنيفة. وهذا سيؤدي بالمُحصِّلة إلى عدم تمكن الطالب من القيام بوظيفته بصُورة جيِّدة كما لا يُمكنه من تعزيز مواهبه. يجب تصحيح هذه الحالة إذا كان للطالب الرغبة في التحسن. يجب تطبيق العلاج النَّفسيّ البراني هُنا.

مع ذلك، لن يكون تحطيم القالب الفكري السَّلبيّ كافياً. فبسبب ملازمة النمط الفكري الضَّحيَّة لوقت طويل، فقد تشكَّل لديه عادة التَّفكير السَّلبيّ تجاه نفسه. قد ينعش الضَّحيَّة بنفسه القالب الفكري السلبي، نتيجة للنقص في احترام الذَّات الَّذي يمتد لمدة طويلة. عليه المُساعدة في تغيير الوضع، حالما تتم إزالة القالب الفكري عنه. حيثُ عليه القيام بتأكيد إيجابي منتظم فيتصور نفسه بحالة إيجابيَّة.

حمام الماء والملح والقهوة

هناك نوع خاص من الاستحمام يُمكن استخدامه لمعالجة الهجمات النَّفسيَّة. جهّز حماماً من الماء الدافئ. ضع كيلوين أو ثلاثة من الملح فيه، ثم أضف 250 ـ 500 غرام من القهوة الجاهزة النقية. انقع نفسك في حوض الاستحمام لمدة بين 15 ـ 20 دقيقة. أثناء وجودك في الحمام، يُمكنك طلب المُساعدة الإلهية والحماية الإلهية. بعد ذلك خذ دوشاً لغسل الجسد.



رسم 6 ـ 2 حمام التنظيف الطاقي. يُمكن استخدام حمام الماء، الملح والقهوة لتطهير الهالة والجسم الطاقي. يُمكن استخدامه لتطهير النّفس من الطّاقة الوسخة أو لمعالجة الهُجُوم النّفسيّ إلى حدٍّ ما.

لحمام الماء والملح والقهوة تأثيراً تطهيرياً عميقاً. حيثُ يشعر النّاس بعده بإشراق أكبر. كما يُمكن استخدامه للمعالجة الذاتية. يقوم الملح بتحطيم التلوُّث، والمرض والطاقات المدمِّرة بينما تكون للقهوة المقدرة على طردها. ومن دُون شك، تطرد أيضاً، بدرجة طفيفة، بعضاً من الطّاقة البرانية السليمة خارج الجسم. هذا قد يُؤدّي عند البعض إلى الشُّعُور بتعب مؤقت بعد الحمام. لإبطال هذا التّأثير المُحتمل، من المُهمّ تناول طعام يحتوي على طاقة برانية عالية مثل العصائر، بودرة أو أقراص الشعير، عشب القمح وخضار أُخرى، الجنسة، غبار الطلع، أو البيض النيئ وذلك قبل الحمام. من الهام الاستحمام مرة أو مرتين يومياً لأيام عديدة أو أسابيع حتّى تعود الحالة إلى الوضع السليم.

الصلاة أو الابتهال

يُمكن استخدام الصلاة أو الابتهال كإجراء علاجي. يُمكنك أن تطلب من شخص ما أن يصلي أمامك مثل الشيخ أو أي مرشد روحي، كاهن، راهبة، أو يوغي متطور كفاية. انقع قدميك في حوض من الماء والملح، أثناء الابتهال أو الصلاة من أجل المُساعدة الإلهية والحماية الإلهية. سوف يمتص الماء المملّح الطّاقات النّفسيّة المدمرة الّتي ستطرد خارج الجسم. ومن المستحسن إشعال بخور الصندل أو الورد أثناء الابتهال. سوف يجذب البخور كائنات النُّور والكائنات الراقية. هذا سيجعل العمل أسهل.

قد تُصلّي مُستخدماً صلواتك الخاصة بحسب معتقدك الديني أو قد تستخدم الإبتهالات التّالية: «إلى إله الكون الأعظم، إلى معلمي الروحيين، إلى جميع المعلمين الروحيين، المقدسين، الملائكة المقدسة، جميع القديسين، جميع المساعدين الروحيين، جميع العظماء، إلى روحي، نطلب بتواضع المحبة الإلهية، الرّحمة الإلهية، الشفاء الإلهي، المُساعدة الإلهية والحماية الإلهية. نشكركم على الشفاء والطاقات النقية. نشكركم على الشفاء والحماية الإلهية. نشكركم بإيمانٍ صادق. ليكن كذلك».

قد تستخدم أيضاً المزمور 23:

الرب راعي فما من شيء يعوزني في مراعٍ نضيرة يريحني
مياه الراحة يوردني
وينعش نفسي
وإلى سبل البر يهديني
إكراماً لاسمه.
إني ولو سرت في وادي الظلمات لا أخاف سوءاً لأنك معي

عصاك وعكازك يسكنان روحي.

تُعَدُّ مائدة أمامي

تجاه مضايقي

وبالزيت تطيب رأسي

فتفيض كأسي

الخير والرحمة يلازماني جميع أيَّام حياتي

وسكناي في بيت الرب طوال أيامي.

عندما تُصلِّي، عليك عدم الشك ذهنياً. فالشك ينقص إلى حدٍّ كبير من فعالية صلاتك.

التأمل على القلبين التوأمين

ثمَّة طريقة أُخرى لإزالة آثار الهُجُوم النَّفسيّ من جسدك وهي القيام بتأمل منتظم. عندما يتأمل الإنسان، فإنَّه يجلب كمِّيَّة كبيرة من الطَّاقة الرُّوحيَّة نحوه. هذه الطَّاقة يُمكن استخدامها للعلاج الذاتي لتحطيم وإزالة الهُجُوم النَّفسيّ. واحد من هذه التأملات المقترحة هُو التأمل على القلبين التوأمين. عندما تقوم بهذا التأمل تهبط طاقة إلهية أو نور بنفسجي كهربائي إلى حبلك الرُّوحي ثم إلى الجسد. فتنقّي وتطهّر الجسد كله، و المراكز الطَّاقيَّة والأعضاء. هذا التأمل يجب القيام به مرة في اليوم إلى أيَّام عدَّة تالية أو لأسبوع. ومن المفضل القيام بهذا التأمل بصُورة منتظمة. انظر الملحق رَقْم (3) من أجل شرح تأمل القلبين التوأمين والعلاج الذاتي.

سوف ننهي هذا الكتاب بدعاء من أجل البركات الإلهية:

إبتهالات يوميَّة من أجل البركات الإلهية

«الإله المحبوب،

الأم الأب المحبوبين،

ليملأ نورك الإلهي عقلي بالحكمة والإدراك.

ليملأ حبك الإلهي قلبي بالدفء،

العذوبة والشفقة على الجميع.

لتملأني قوتك الرُّوحيَّة بقوة رُوحيَّة

للقيام بما هُو خير،

ولأحجم عن القيام بالأفعال والسلوكات الضارة.

الإله المحبوب،

الأم الأب المحبوبين،

انظر إلى ابنك المحبوب

بالحب، بالشفقة، بالحنان، والوفرة.

أرسم كل رحمة

عانقني بيديك الحنونتين واحمني.

أنا، ابنك المحبوب، أشكرك بحنان».

آمل أن تكون قد وجدت هذا الكتاب شيقاً، عملياً ومفيداً. لتكن البركات الإلهية معك. كما تنوي بقلبك، ليكن كذلك.

المُعلّم تشوا كوك سوي

الملحق (1)

رفع حساسيَّة اليدين

(أُخذ النص التَّالي عن كتاب «معجزات الشفاء بالطاقة»، من تأليف المُعلّم تشوا كوك سوي).

لما كان التَّطوُّر نحو رؤية الهالة يحتاج إلى وقت طويل، فإنَّه عليك على الأقل محاولة تطوير حساسيَّة اليدين للشعور بالحقل الطَّاقيّ أو الهالة الداخلية. هذا لتمكينك من تحديد أي المناطق نازفة في الجسم الطَّاقيّ للمريض وأيها متضخمة.

الإجراء

1 - ألصق لسانك إلى سقفِ حلقك.

2 - اضغط على مركز راحتي يديك بالإبهام، هذا لتسهيل التركيز على مركز الراحتين.

3 - باعد بين يديك لحوالي ثلاث إنشات توازي إحداهما الأخرى مع فتح طفيف للإبطين.

4 - كن واعياً لمركز راحتيك ولقمة أصابعك. استنشق وازفر ببطء.

حرك يديك قليلاً جيئة وذهاباً. يجب أن تُؤدِّي الحركة ببطء شديد. قم بذلك لمدة خمس دقائق تقريباً. عبر التنبيه على مراكز راحتيك وقمة أصابعك، فإنَّ شاكرات اليد والأصابع تنشَّط، وبالتَّالي تُصبح اليدان حساستين قادرتين على الشُّعُور بالجسم الشفاف أو المادة الشَّفَّافة.



صُورة 7 - 1 رفع حساسيَّة اليدين.

سيكون ثمانون إلى تسعين بالمئة منكم قادراً على استشعار الوخز الخفيف، الحرارة، الثقل أوالنبض الإيقاعي.

5 ـ قم مباشرة بالفحص بعد تنبيه حساسيَّة يديك.

6 ـ تمرّن على تنبيه حساسيَّة اليدين لحوالي الشهر. في العموم، يجب أن تصبح يداك بعد شهر من التَّمرُّن حساستين بصُورة دائمة إلى حد ما.

7 ـ لا تشعر بالإحباط إذا لم تشعر بأي شيء في المحاولة الأولى. تابع تمرينك؛ حيثُ من المرجح أن تُصبح قادراً على اختبار الإحساسات الدقيقة في الجلسة الرَّابعة. من الهام الإبقاء على تيقظ الذهن والتركيز جيِّداً.

الملحق (2)

فحص الهالة الخارجية والهالة الداخلية

(أُخذ النص التّالي عن كتاب «معجزات الشفاء بالطاقة» من تأليف المُعلّم تشوا كوك سوي).

عندما تفحص بيديك، ركّز دائماً على مركز راحتيك. فبالتركيز عليها تظل شاكرات يديك منشّطة أو تنشّط زيادة، وبالتّالي تجعلها ذات حساسيَّة للطاقة أو المادة الشَّفَّافة. بدُون القيام بذلك، فإنَّه سيصعب عليك الفحص.

إجراء فحص الهالة الخارجية

1 ـ قف على بعد حوالي أربعة أمتار من الشَّخص مُوجِّهاً راحتيك إليه ماداً ذراعيك قليلاً.

2 ـ تحرك ببطء نحوه، محاولاً في الوقت نفسه الإحساس بيديك المنشطتين بهالته الخارجية. عند الفحص ركّز على مركز راحتيك.

3 ـ توقف عندما تشعر بالحرارة، بوخز أو بضغط طفيف. أنت الآن تشعر بالهالة الخارجية. حاول تلمُّس حجم وهيئة الهالة، عرضها من

الرأس إلى الخصر، من الخصر إلى القدمين، ومن الأمام إلى الخلف. سوف تشعر في مُعظم الحالات بما يشبه بيضة مقلوبة، القمة أعرض من القعر.

4 ـ من المُهمّ أن تتعلم تدريجياً الإحساس بالهالة بمعنى الإحساس بالضغط لتصبح أكثر دقة في تحديد عرض الهالات الخارجية، والصحية والداخلية.

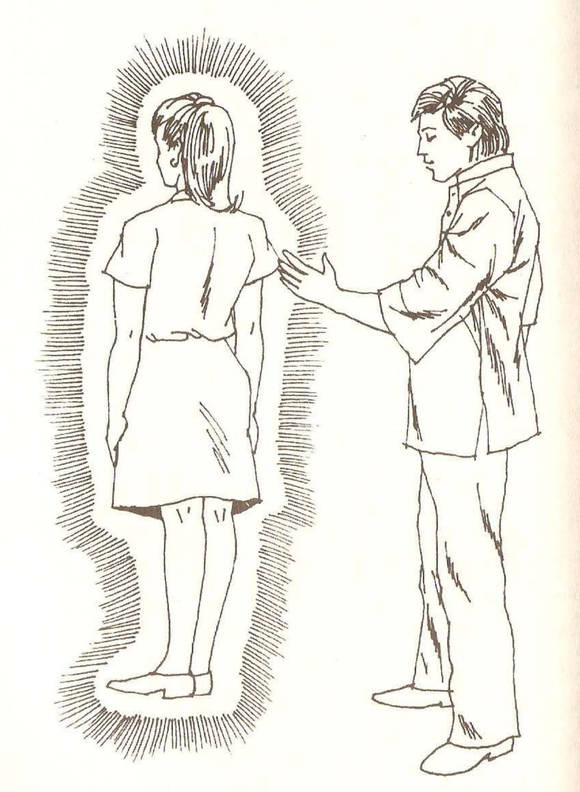
5 ـ تكون الهالة الخارجية عادة بحجم دائرة نصف قطرها متراً تقريباً لكن في بعض الحالات قد تكون بعرض أكثر من مترين. كما تكون أكبر من ثلاثة أمتار عند بعض الأطفال مفرطي النّشاط.

إجراء فحص الهالة الداخلية

1 ـ تحسّس الهالة الداخلية بيد أو بكلتا اليدين. حرّك يديك ببطء جيئة وذهاباً. تكون الهالة الداخلية عادة بثخانة خمسة إنشات تقريباً. ركّز على مركز راحتي اليدين عندما تقوم بالفحص لتبقيهما منشّطتين أو لتنشطا أكثر، وبالتّالي لجعلهما قابلتين للإحساس بالطاقة أو المادة الشّفّافة.

2 ـ افحص الشّخص من الرأس حتّى القدم ومن الأمام إلى الخلف. افحص الجزء الأيسر والجزء الأيمن من الجسم. على سبيل المثال، افحص الأذن اليسرى والأذن اليمنى أو الرئة اليمنى واليسرى. عندما يتم فحص الهالة الداخلية لأجزاء الجسم اليمنى واليسرى، يجب أن تكون بنفس الثخانة تقريباً. إذا كان أحد الأجزاء أكبر أو أصغر من الآخر، فإنّه دليل على وُجُود خلل ما. على سبيل المثال،عندما فحصت مرةً أذني مريض وجدت الهالة الداخلية للأذن اليسرى بثخانة خمسة إنشات

بينما اليمنى بثخانة إنشين تقريباً، فثبت في النهاية، بعد مساءلة المريض بوجود صمم جزئي في الأذن اليمنى منذ حوالي سبعة عشر عاماً.



صُورة رَقْم 7 ـ 2 فحص الهالة الداخلية باليدين.

3 ـ يجب توجيه انتباه خاص إلى الشَّاكرات الرئيسية، والأعضاء الحيوية، والعمود الفقري. يكون عادة في مُعظم الحالات، جزء من العمود الفقري إما نازفاً أو متضخماً حتَّى لو لم يكن المريض يشكو من مشاكل في الظهر.

4 ـ يجب رفع الذقن من أجل فحص دقيق لمنطقة الحلق. حيثُ تُؤدِّي هالة الذقن الداخلية إلى التداخل أو التمويه في هالة الحلق الحقيقية.

5 ـ فحص الرئتين يجب أن يتم من الخلف أو من الجانبين أكثر من الأمام من أجل الحصول على نتائج دقيقة. فللثديين شاكراتين ثانويتين تفضي إلى التداخل مع فحص مناسب للرئتين. ثمَّة تقنية متقدمة في فحص الرئتين من الأمام والخلف والجانبين باستخدام إصبعين، بدلاً من اليد بكاملها.

6 ـ يجب توجيه انتباه خاص إلى الضَّفيرة الشَّمسيَّة لأنَّ الكثير من الأمراض العاطفيَّة الأصل تُؤثِّر سلبيًّا على شاكرا الضَّفيرة الشَّمسيَّة.

تعليل نتائج فحص الهالة الداخلية

1 ـ عند فحص مريضك، سوف تلاحظ وُجُود فجوات أو نتوءات في بعض مناطق الهالة الداخلية للمريض. تتكون الفجوة في الهالة نتيجة نزف براني. حيثُ يُوجد في العضو المصاب نزفاً برانياً أو نقصاً برانياً في المنطقة المتأثرة. فتشكل المسارات الدقيقة المحيطة معيقاً جُزئيًّا أو خطيراً يمنع حرية تدفُّق البرانا من الأجزاء الأخرى لملأ الجزء المصاب بالحيوية. في التضخم البراني تكون الشاكرا المصابة مُمتلئة بالطاقة المريضة المتسخة، فتكون عادة أقل حيوية.

2 ـ عندما يكون ثمَّة بروز في المنطقة، فإنَّ هذا يعني تضخماً برانياً. فالكثير من البرانا أو المادة البيوبلازمية على المنطقة المصابة يُؤدِّي إلى إعاقة جزئية أو خطيرة للمسارات الدقيقة المحيطة. فلا يُمكن للبرانا أو المادة البيوبلازمية الزائدة أن تتدفق بحرية. تُصبح هذه البرانا الضَّخمة مسلوبة الحيوية ومريضة بعد فترة من الزمن لأنَّ البرانا النضرة لا يمكنها التدفق بحرية أو يكون ثمَّة تناقص كبير في تدفقها هذا، والمادة مسلوبة الحيوية لا يمكنها الجريان بحرية وتدفقها يكون متناقصاً إلى حدٍّ كبير. في التضخم البراني، تكون الشاكرا المصابة متضخمة وممتلئة بطاقة مريضة. فتكون أقل حيوية عادة.

3 ـ قد يكون لدى الجزء المصاب تضخماً برانياً ونزفاً برانياً في آن معاً. هذا يعني أن يكون قسماً من الجزء المصاب غائراً وآخر ناتئاً. على سبيل المثال، قد يكون الكبد متضخماً أو ناتئاً في القسم الأيسر وغائراً أو نازفاً في القسم الأيمن. مثال آخر، القلب يكون قسمه الأيسر متضخماً أو ناتئاً وقسمه الأيمن نازفاً على نحو خطير.

4 ـ تكون الهالة الداخلية الصغيرة الحجم، نازفة إلى حدٍّ خطير. وتكون الهالة الكبيرة الناتئة، أكثر تضخماً عند الجزء المصاب. أما الأصغر حجماً أو الأكبر عند الجزء المصاب، فتكون معتلَّة إلى حدٍّ خطير.

5 ـ قد تكون لدى منطقة ما فيضاً برانياً مؤقتاً حيثُ لا يوجد ما هُو خطأ. مثلاً الشَّخص الَّذي يجلس لمدة طويلة، قد تجد لديه عند الفحص نتوءاً كبيراً في الهالة الداخلية عند منطقة العجز. فبما أنَّ المسارات المحيطة غير معاقة، فإنَّ الحالة تعود إلى طبيعتها بعد مُدَّة قصيرة من الزمن.

6 ـ كما قد تجد في منطقة ما نقصاً برانياً مؤقتاً حيثُ لا يُوجد ما

هُو خطأ أيضاً. فمشاحنة بسيطة تحدث قد تؤدي على الأرجح إلى نقص براني مؤقت حول منطقة الضَّفيرة الشَّمسيَّة. بعد بضع ساعات من الإشراق تعود الحالة إلى وضعها الطبيعي. بينما قد تسبب المشاحنة المُتكرِّرة أو الغضب تضخماً برانياً حول منطقة الضَّفيرة الشَّمسيَّة، فتؤدي إلى ألم في المعدة أو رُبَّما إلى مرض في القلب.

7 ـ تجب ملاحظة الحالة الجسدية للمريض بعناية وتجب مساءلة المريض أو محادثته قبل الوصول إلى أيٍّ استنتاج.

8 ـ كما قلت سابقاً، تظهر الأمراض في الجسم الطَّاقيّ قبل ظهورها في الجسم المادِّيّ المرئي. تُوجد حالات يكون فيها ثمَّة نزف أو تضخم براني في الهالة الداخلية للعضو المصاب، على الرَّغم من أنَّ الفحوص الطبية قد تظهر نتيجة سلبيَّة أو حالة اعتيادية لهذا العضو. في هذه الحالة، لا يكون المرض قد تجلّى في الجسم المادِّيّ المرئي. لذلك تجب المُعالجة البرانية قبل أن يظهر جسدياً.

الفحص عبر الأصابع

بعد رفع حساسيَّة اليدين، افحص راحة يدك بإصبعين. حركهما ببطء وبصورة طفيفة جيئة وذهاباً لتشعر بالهالة الداخلية لراحة يدك. حاول أن تشعر بثخانة راحة يدك و الطبقات المُختلفة للهالة الداخلية. تمرن أيضاً على فحص راحة يدك بإصبع واحد. ركز دائماً على قمة أصابعك عندما تفحص بها. هذا سوف ينشّط أو يزيد من نشاط شاكرات الأصابع الثانوية، وبالتَّالي يزيد من حساسيَّتها.

عندما تفحص براحة اليد والأصابع، ركّز دائماً على مراكز راحتيك وعلى قمة أصابعك. هذا سوف يديم حيوية شاكرات اليد

وشاكرات الأصابع أو تُصبح أكثر حيوية، ممَّا يعزز من حساسيَّة راحتيك وأصابعك. ليس كافياً أن تكون قادراً على الفحص براحة اليدين. عليك تعلم الفحص بالأصابع. هذا يتطلَّب تركيزاً أو فحصاً مناسباً لنقاط صغيرة معتلة الَّتي يكون من الصعب على راحة اليد فحصها. قد تكون راحة اليد قادرة فقط على الإحساس بالمناطق السليمة المحيطة بالنقاط الصغيرة المُعتلَّة. فهذه النقاط تُمَوَّه بالأجزاء المعافاة. مثلاً، الشَّخص الَّذي يعاني من مشاكل في العين عادة يكون لديه نزفاً، بينما قد تكون الهالات الداخلية للمناطق المحيطة بها طبيعية. فلأنَّ راحة اليد كبيرة والهالة الداخلية للعين هي في حوالي الإنشين، يكون من المرجح أنْ تشعر فقط بالمناطق السليمة في منطقة ما بين الحاجبين والجبهة بدُون الانتباه إلى النقاط الصغيرة المُعتلَّة. يجب الامتناع عن هذا إنْ كُنت تستخدم الأصابع في الفحص. يجب فحص العمود الفقري أيضاً باستخدام إصبع أو إصبعين لتعيين النقاط الصغيرة المُعتلَّة.



صُورة رَقْم 7 ـ 3: فحص الهالة الدَّاخليَّة بالأصابع.

الملحق (3)

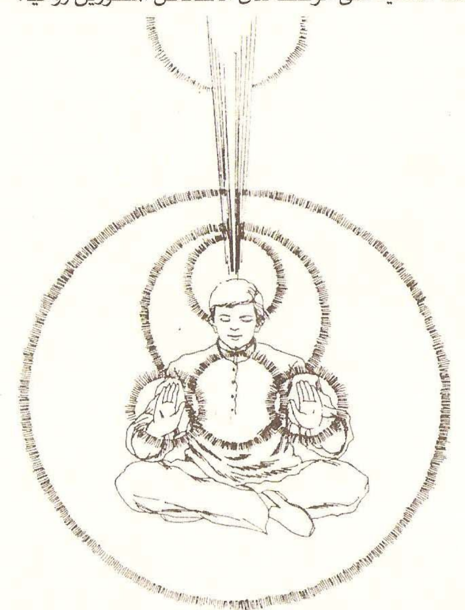
تأمُّل القلبين التّوأمين والمعالجة الذَّاتيَّة

تهدف تقنيَّة الاستنارة أو التَّأمُّل على القلبين التوأمين إلى بلوغ الوعي الكوني أو بلوغ الاستنارة. كذلك هي شكل من الخدمة نقدمه للكون حيثُ إننا عندما نبارك الأرض كلها بالحنان المُحبّ فإنما نصل بالكون إلى درجة مُعيَّنة من الانسجام.

يعتمد تأمل القلبين التوأمين على مبدأ كون بعض الشَّاكرات الرَّئيسيَّة تمثل نقاطاً أو بوابات عبور لمستويات مُعيَّنة أو آفاق محددة من الوعي. وللوصول إلى الاستنارة أو الوعي الكوني، يكون من الضَّروري تنشيط شاكرا التَّاج إلى حد كافٍ. يشير تأمل القلبين التوأمين إلى شاكرا القلب الَّتي هي مركز القلب العاطفي، وإلى شاكرا التَّاج الَّتي هي مركز القلب الإلهي.

تتفتح الاثنتا عشر بتلة الدَّاخليَّة لشاكرا التَّاج عندما تنشط كفاية، وترتفع نحو الأعلى كتاج ذهبي أو ككأس ذهبية، أو كزهرة لوتس ذهبية، أو كوردة ذهبية، لتتلقى الطَّاقة الرُّوحيَّة الَّتي تنتشر على باقي أعضاء الجسد. كما أنَّها ترمز إلى الكأس المُقدَّسة. لا يمثل التَّاج الَّذي يوضع من قبل الملوك والأمراء أكثر من رمز أو نسخة متواضعة عن شاكرا التَّاج

اللامعة العصية على الوصف لدى الأشخاص المُتطورّين رُوحيّاً.



صُورة رَقْم 7 ـ 4: الطاقة الالهية النازلة خلال تأمل القلبين التوأمين.

يبدو التّاج الذهبي الَّذي يدور بسرعة كبيرة كشعلة نور مضيئة فوق رأس الإنسان. هذا يشبّه له بالتّاج الَّذي يظهر في الصور فوق رأس بعض الشخصيات المقدسة عند المسيحيين يُؤدّي التنشيط الكبير لشاكرا التّاج إلى ظهور هالة حول الرأس. هذا يفسر سبب وُجُود هالة حول رؤوس قديسي مُختلف الأديان. ولما كان ثمَّة درجات مُتباينة من التَّطوُّر الروحي، فإن حجم وإشراق الهالة يختلف بالمثل.

عندما يقوم الإنسان بإجراء تأمل القلبين التوأمين، فإن الطّاقة الإلهية تهبط نحو الممارس مكونة لديه الشُّعُور بالنور الإلهي والقوة والمحبَّة. فيصبح ممراً لهذه القُوَّة الإلهية. تُسمَّى هذه القُوَّة في اليوغا الطاوية «كي السَّماويَّة». وعند القبلانية، «عمود النُّور»، وهُو ما يشير إلى ما يراه المستبصرون حرفياً بعمود النُّور. بينما يدعوها اليوغيون الهنود «جسر النُّور الرُّوحي» أو (Antakharana). وتسمى «نزول الرُّوح القدس» عند المسيحيين و الَّتي يرمز لها بعمود من نور مع حمامة نازلة. وفي الفن المسيحي، تُظهر رسومات السَّيِّد المسيح أو القديسين عموداً من نور أبيض فوق رؤوسهم مع حمامة بيضاء نازلة. هذا للرمز إلى القُوَّة الإلهية الهابطة. أمَّا المريدين الرُّوحيِّين الَّذين اختبروا التَّأمُّل لمدة أطول، فإنَّهم يشعرون بنور غامر شديد الضياء يحيِّر أبصارهم. وأحياناً يشعرون بفقدان تام للحس. أو يشعرون برؤوسهم قد امتلأت بضياء باهر. هذه التَّجربة شائعة لدى مُعظم ممارسي اليوغا المتطورين والقديسين. إذا درست الكتب المُقدَّسة لمختلف الأديان، سوف تلاحظ التشابه في تجاربهم.

لا يُمكن تنشيط شاكرا التَّاج إلا من خلال تنشيط كافٍ لشاكرا القلب بداية. وما شاكرا القلب سوى نسخة مطابقة عن شاكرا التَّاج. عند النَّظر إلى شاكرا القلب تجدها تشبه الشاكرا الدَّاخليَّة لشاكرا التَّاج الَّتي تحتوي اثنتي عشر بتلة ذَّهبيَّة.

شاكرا القلب هي المماثل السُّفلي لشاكرا التَّاج. وشاكرا التَّاج هي مركز الاستنارة والحب الإلهي والاتحاد مع الكل. وتعتبر شاكرا القلب مركز العواطف الرَّاقية. إنَّها مركز الشفقة، الفرح، الحساسية، مراعاة المشاعر، الرَّحمة وسائر العواطف المهذبة. إنَّه فقط من خلال تطوير

المشاعر الرَّاقية النَّقيَّة نستطيع اختبار المحبَّة الإلهية. لتوضيح ما تعني المحبَّة الإلهية والاستنارة للإنسان العادي إنَّها أشبه بمحاولة شرح ماهية اللَّون للأعمى.

هناك طُرُق عدَّة لتنشيط شاكرا القلب وشاكرا التَّاج. يُمكنك استخدام التمارين الرياضية أو الهاثا يوغا، أو تقنيَّات التنفس اليوغي، أو ترديد المانترا أو كلمات القوة، أو تقنيَّات التخيُّل. كل هذه الوسائل فعَّالة، لكنها ليست سريعة كفاية. أهم الطُّرُق فعاليَّة وسرعة لتنشيط هذه الشاكرا هُو تأمل الحنان المُحبّ أو مباركة الأرض كلها بالحنان المُحبّ. عبر استخدام شاكراتي القلب والتَّاج في مباركة الأرض بالحنان المحب، فإنَّها تُصبح قنوات للطاقة الروحية، وبتلك الوسيلة تصبحان مفعلتان مع الوقت. إنَّك بمباركة الأرض إنَّما تقدم خدمة للعالم. وبمباركتها فإنَّك تتبارك أنت أيضاً مرَّات عديدة. إنَّه بمباركتك تكون قد تباركت أنت أيضاً مرَّات عديدة. إنَّك بهذا العطاء تأخذ. هذا هُو القانون.

ليس من الضَّروري من لديه شاكرا تاج منشطة كفاية أن يبلغ الاستنارة، لأنَّه عليه أن يتعلم كيف يستخدم شاكرا تاجه المنشطة. إنَّه تماماً كمن يملك كمبيوتراً معقداً ولا يعرف كيف يشغّله. عندما تُصبح شاكرا التَّاج منشطة كفاية، عليك عندها تأمل النور، التَّأمُّل في المانترا أوم أو آمين، وتأمل الفاصل بين كل كلمتي أوم أو آمين. يجب التركيز على الفاصل الزمني بين كلمتي أوم أو آمين بشكل خاص، وليس التركيز فقط على كلمتي أوم أو آمين. فبالتركيز على النُّور والمسافة بين كلمتي أوم أو آمين يُمكن الوُصُول إلى الاستنارة أو الصمدي (Samadhi).

ثمَّة قول شائع في عالم اليوغا: «إذا كان الماء هائجاً، فمن الصعب رؤية ما يُوجد تحته. وإذا كان الماء راكداً نرى ما هو تحته بسُهُولة». بالمثل،

فإنَّه عندما يكون العقل والعواطف مشوشة، فإن إدراك الذَّات يكون مستحيلاً. وعندما تكون الأفكار والعواطف ساكنة فمن المُمكن عندها إنجاز ما يسمونه في اليوغا الهندية «بإدراك الذَّات»، أو ما يعرف في البوذية «بوعي الإنسان لحقيقة الذَّات» أو «الاستنارة» حسب الديانة المسيحية.

نجد لدى مُعظم النَّاس الشَّاكرات الأخرى مفعلة تماماً. فتكون شاكرات القاعدة والجنسية والضَّفيرة الشَّمسيَّة مُنتظمة عند كل الأشخاص تقريباً. فغرائزهم لحفظ النوع، والحافز الجنسي وميلهم إلى التَّفاعل مع عواطفهم الدُّنيا تكون مفعلة تماماً. ومع انتشار التَّربية الحديثة والعمل الَّذي يتطلَّب استخدام المقدرات العقلية، أصبحت شاكرا آجنا وشاكرا الحلق متطورة عند مُعظم الأشخاص. بينما لا تكون شاكرا القلب وشاكرا التَّاج كذلك بالإجمال. من المؤسف ميل التَّربية الحديثة إلى المغالاة في التأكيد على تطوير شاكراتي الحلق وآجنا أو على تطوير العقل العملي والعقل المُجرَّد. أمَّا تطوير شاكرا القلب فقد تمَّ تجاهله. لذلك، قد تصادف شخصاً يكون ذكيّاً للغاية لكنَّه جلفاً إلى حد كبير. هذا النَّوع من الأشخاص لا يكون ناضجاً بعد على المُستوى العاطفي أو شاكرا القلب عنده تكون متخلفة تماماً. وعلى الرَّغم من ذكائه وربما نجاحه، فإن علاقاته الإنسانية قد تكون فقيرة جدَّاً. من الصعب أن يكون لديه صديق وربما لا يكون عنده أية عائلة. وبممارسة التَّأمُّل على القلبين التوأمين، يُصبح الشَّخص متوازناً بصُورة منسجمة. هذا يعني أن تكون الشَّاكرات الرَّئيسيَّة متطورة بصُورة متوازنة كثيراً أو قليلاً.

سواء أُستخدم العقل العملي أو المُجرَّد بصُورة بنائية أو تخريبية فإن ذلك سيعتمد على تطور شاكرا القلب. عندما تكون شاكرا الضَّفيرة

الشَّمسيَّة بالغة التَّطوُّر وشاكرا القلب ناقصة التَّطوُّر أو عندما تكون العواطف الدُّنيا فعَّالة والراقية متخلفة، فإن العقل سيستخدم بشكل هدام على الأرجح. من دُون تطوير القلب عند غالبة البشر، فإن سلام العالم لن يكون ممكناً. لهذا السبب يجب التأكيد على تطوير القلب في النظم التربوية.

ينبغي على الأشخاص دُون سن الثامنة عشرة عدم مُمارسة التَّأمُّل على القلبين التوأمين لعدم قدرة أجسادهم على الصمود أمام الطَّاقات هائلة الشفافية. إن القيام بذلك قد يُؤدِّي إلى شلل عضوي على المدى البعيد. مع ذلك هناك استثناءات لهذه القاعدة، حيثُ يُوجد العديد من الأرواح المتطورة جداً وأجسادها الآن في مرحلة المراهقة. هؤلاء المراهقون المُتطوِّرون يملكون شاكرات كبيرة ويمكنهم البدء بالتأمل على القلبين التوأمين من عمر (14) أو (15) سنة، لكن ينبغي الإشراف على حالتهم تجنباً لأية مشاكل بغنى عنها. يُحذّر الأشخاص الَّذين يعانون من مرض قلبي، فرط ضغط دم أو الماء الزرقاء في العين لأن حالتهم قد تزداد سوءاً. من المُهمِّ على الَّذين ينوون مُمارسة التَّأمُّل بشكل منتظم أن يعرفوا توجب مُمارسة التطهير الذاتي، أو بناء الشَّخصيَّة عبر التَّأمُّل الداخلي يومياً.

إنَّ مُمارسة التَّأمُّل على القلبين التوأمين، لا تنشط فقط شاكراتي القلب والتاج، بل الشاكرات الأخرى أيضاً. وبسبب ذلك فإن صفات الممارس السَّلبيَّة والإيجابية سوف تعظم وتنشط. يُمكن للممارس إثبات صحة ذلك بنفسه أو عبر الملاحظة الاستبصارية.

على الَّذين ينوون مُمارسة التَّأمُّل على القلبين التوأمين بصُورة منتظمة، تجنب الأُمُور التَّالية:

1 ـ أكل لحم الخنزير وسمك الأنقليس وسمك السلّور.

2 ـ التدخين.

3 ـ التناول المفرط للمشروبات الكحولية.

4 ـ السموم المؤدية للإدمان والهلوسة.

قد يُؤدِّي أكل لحم الخنزير وسمك الإنقليس وسمك السلّور خلال القيام بهذا التَّأمُّل بصُورة مُنتظمة إلى ظهور متزامن للكندلاني. كما يجب تجنب تناول شحم أو زيت الخنزير. إن تزامن الكندلاني قد يتجلَّى في:

1 ـ الإعياء المزمن (أو الضُّعف العام الشديد المزمن).

2 ـ إفراط في إحماء الجسد.

3 ـ الأرق المزمن.

4 ـ الكآبة.

5 ـ الطفح الجلدي.

6 ـ التَّوتُّر الشرياني المرتفع وأشياء أُخرى.

قد يعاني المدخنون بإسراف من ألم صدري عند قيامهم بتأمل القلبين التوأمين بسبب تَلوُّث شاكراتي القلب الخلفية والأمامية. هذا بالإضافة إلى احتمال حدوث تطور في التَّوتُّر الشرياني المفرط إذا استمر الإنسان بالتدخين. لذلك، يجب تجنب التدخين إذا كان الشَّخص ينوي القيام بهذا التَّأمُّل بصُورة مُنتظمة.

كما يجب تجنب تناول المشروبات الرُّوحيَّة وسموم الإدمان والهلوسة أيضاً لأنَّها تَلَوِّث الجسم الطاقي. فالتأمل مع جسم طاقي ملوَّث سيؤدي إلى احتقان براني.

كيف تنشط شاكرا القلب وشاكرا التاج

1 ـ تنظيف الجسم الطَّاقيّ عبر إجراء التمارين الرياضية.

مارس التمارين الرياضية لحوالي خمس دقائق لتنظيف وتزويد جسمك الأثيري بالطاقة. بممارسة التمارين الرياضية سوف تطرد المادَّة الرَّماديَّة الفاتحة اللَّون أو البرانا المستعملة من الجسم الأثيري. كذلك يقلل من إمكانية الاحتقان البراني خلال التَّأمُّل توليد قليل من الطَّاقات الشَّفَّافة في الجسم الأثيري.

أحياناً عندما يُمارس المريد التأمل، فقد يعاني من حركات فيزيائية غير معتادة لمدة محدودة. هذا طبيعي تماماً لأنَّه دليل على تطهير مسارات الطَّاقة.

2 ـ الدعاء من أجل البركة الإلهية.

يُمكنك تأليف دعاءك الخاص. فيما يلي مثال لدعاء يستخدمه المؤلِّف:

إلى الإله الأكبر،

شكراً لبركاتك الإلهية!

شكراً للإرشاد والمُساعدة والحماية والاستنارة!

نشكرك بإيمان صادق!

إلى مُعلّميَّ الروحيين،

إلى الملائكة المقدسة، إلى المساعدين الروحيين،

إلى جميع العظماء،

نشكركم لبركاتكم الإلهية!

للإرشاد، والمساعدة، والحماية والاستنارة!

نشكركم بإيمان صادق!

إن مناشدة بركة العناية الإلهية أو أحد المرشدين الرُّوحيِّين هُو هام جدَّاً. كل مريد روحي جاد عادة يكون لديه مرشد روحي (أو مرشدين)، سواء كان يعرفهم بصُورة واعية أم لا. إنَّه بدُون الدعاء، يكون من الخطر التَّدريب على أية تقنيَّة تأملية متقدمة.

3 ـ تنشيط شاكرا القلب عبر مباركة الأرض كلها بالحنان المحب.

اضغط على شاكرا قلبك الأمامية بإصبعك لثوانٍ. هذا لجعل التركيز على شاكرا القلب الأمامية أسهل. ركّز على الشاكرا وبارك الأرض بالحنان المُحبّ. عندما تبارك الأرض يُمكنك تصورها صغيرة جدَّاً أمامك. يجب ألاَّ تتم عمليَّة المُباركة بصُورة ميكانيكية، بل بمشاعر مُرافقة. يُمكنك استخدام صلاة القديس فرنسيس الأسيزي في مباركة الأرض:

إلى رب العالمين،

اجعلني أداةً لسلامك.

(أشعر بالسَّلام الداخلي في داخلك وبارك الأرض بالسَّلام).

حيثُ الكراهية، دعني أبذر المحبَّة.

(أشعر بالمحبَّة الإلهية، اسمح لنفسك بأن تكون ممراً للمحبة الإلهية وبارك الأرض بالمحبَّة).

حيثُ الجرح، التّسامح.

(اشعر بروح التسامح، وبارك الأرض بروح التسامح، التفاهم، الانسجام، والسَّلام).

حيثُ اليأس، الأمل؛ الشك، الإيمان.

(اشعر بالأمل والإيمان الإلهيين، وبارك الأرض والأشخاص الَّذين يمرون بظروف صعبة بهما).

حيثُ الظلمة، النور؛ الحزن، الفرح.

(اسمح لنفسك بأن تكون ممراً للنور الإلهي والفرح الإلهي، وبارك الأرض بهما. بارك الأشخاص المتألمين والحزينين بالنور، والفرح الإلهيين).

عند المُباركة، قدِّر كل عبارة واشعر بها، يُمكنك استخدام التخيّل أيضاً. وعند مباركة الأرض بالحنان المحب، تخيّل هالة الأرض وقد أصبحت بلون قرنفلي ذهبي برَّاق. هذه المُباركة يُمكن تحويلها إلى شعب ما أو مجموعة من الشعوب. لا توجِّه هذه المُباركة إلى أشخاص محددين أو أطفال أو رُضَّع معينين خلال التّأمُّل الرئيسي، لأنَّ ذلك قد يغمرهم بطاقة شديدة ساحقة متولدة عن التّأمُّل. يُمكن مباركة الرضع، الأولاد والأشخاص الآخرين، بعد التّحرُّر من الطّاقة الزائدة. هذا أكثر أمناً.

لا تفرط منذ البداية بإجراء هذه المباركة.قد يشعر البعض بقليل من الاحتقان البراي حول القلب.هذا لأنَّ الجسم الأثيري يكون غير منظف كفاية. طبق كنساً موضعياً لإزاحة التضخم.

4 ـ تنشيط شاكرا التّاج عبر مباركة الأرض بالحنان المُحبّ.

اضغط على منطقة التّاج بإصبعك لثوانٍ لتسهيل التركيز على

شاكرا التّاج وبارك الأرض كلها بالحنان المُحبّ. عندما تفتح شاكرا التّاج كفاية، سيشعر البعض منكم بوجود شيء ما يتفتح فوق قمة الرأس والبعض الآخر سيشعر بثقل ما على التّاج. يُمكنك استخدام الدعاء التّالي:

من قلب الله،

لتتبارك الأرض كلها

بالحنان المُحبّ.

(اشعر بالحنان المُحبّ. اسمح لنفسك بأن تكون ممراً للمحبة الإلهية وشارك بها الأرض كلها).

لتتبارك الأرض كلها

بفرح عظيم وسعادة.

(اشعر بالسعادة والفرح وشارك بهما الأرض كلها. تخيّل الأشخاص الّذين يمرون بمشاكل صعبة جمة يبتسمون، وقد امتلأت قلوبهم بالفرح والسعادة. ومشاكلهم أصبحت أخف ووجوههم مشرقة).

من قلب الله،

لتتبارك الأرض كلها

بالتفاهم، الانسجام، والسَّلام الإلهي.

(اسمح لنفسك بأن تكون ممراً للتفاهم والانسجام والسلام.تخيّل النّاس أو الشُّعُوب الّتي على شفير النزاع أو في حالة قتال تتصالح وتعيش بحالة انسجام كل مع الآخر. تخيّل المتخاصمين يضعون أسلحتهم جانباً، يتصافحون ويتعانقون).

لتتبارك الأرض كلها

بالإرادة الخيرة وإرادة فعل الخير.

(تخيل أن الأشخاص لا يتكلمون فقط عن فعل الخير، بل يقومون بعمل هذا الخير فعلاً. وهذا هُو معنى «إرادة فعل الخير»)

5 ـ قم بالتأمل وبارك الأرض بالحنان المُحبّ عبر شاكرا التاج وشاكرا القلب بآن واحد.

بعد أن تكون قد نشطت شاكرا التاج، ركّز في آن على شاكرا التّاج وعلى شاكرا القلب، وبارك الأرض بالحنان المُحبّ لدقائق معدودة. هذا سوف ينظم القُوَّة لكلا الشاكراتين، وبالتّالي يجعل المُباركة أكثر فعالية. تخيل الأرض الصغيرة أمامك. يُمكنك استخدام هذه المُباركة:

من قلب الله،
لتتبارك الأرض كلُها، كل شخص كل كائن
بالمحبَّة الإلهية والحنان الإلهي.
(اشعر بالمحبَّة الإلهية والحنان الإلهي وشارك بهما الأرض كلها وكل شخص كل كائن).

لتتبارك الأرض كلها،
وليتبارك كل شخص كل كائن
بالدفء والعناية والرقة.
(اشعر بالعذوبة وبمشاعر الحُبّ وشارك بهما الأرض كلها).

من قلب الله،
لتتبارك الأرض كلها، كل شخص
وكل كائن بالشفاء
بالجمال الداخلي، بالنشوة الإلهية والاتحاد الإلهي مع الجميع.
(اشعر بالحُبِّ والحنان الإلهيين وشارك بهما كل شخص وكل كائن).

6 ـ بلوغ الاستنارة: تأمل النور، مانترا أوم أو آمين، وتأمل الفاصل بين كلمتي أوم أو آمين.

تخيّل برقَّة نوراً أبيضاً لماعاً أو نوراً ذهبياً فوق التاج. اشعر بنوع الطَّاقة المنبعثة من خلال النور. اشعر بالسلام الداخلي، بالسكون والسعادة الَّتي تنبثق من النُّور. كن واعياً للنور، للسلام الداخلي للنشوة لدقائق معدودة. برقَّة وصمت ردد المانترا أوم أو آمين. تأمل النُّور والمانترا أوم بآن معاً. أثناء تأملك بالفاصل بين كلمتي أوم أو آمين، كن واعياً للنور للسكون وللنشوة الإلهية. تابع التَّأمُّل لحوالي العشر دقائق. لا تخف إذا شعرت بانفجار داخلي للنور عند منطقة الرأس. ستشعر بذلك عندما تكون قادراً على وعي نقطة النُّور والمسافة الفاصلة بين كلمتي أوم في آن معاً. سوف يمتلأ جسدك كله بالنور! ستشعر بأولى لمحات الاستنارة وأولى لمحات النشوة الإلهية. إن اختبار الوعي البوذي أو الاستنارة يعني اختبار وفهم ما عني به المسيح عندما قال: «سراج جسدك هُو عينك. فإذا كانت عينك سليمة، كان جسدك كله نيراً. وأما إذا كانت مريضة، فجسدك كله يكون مظلما» لوقا (34: 11).

«ولن يقال: ها هُو ذا هنا، أو ها هُو ذا هناك. فها إن ملكوت الله بينكم» لوقا (21: 17).

إذا شعرت كأنك تنطلق خارج الجسد أو كأنك تتحرك داخل نفق، فقط دع التَّجربة تتكشف من تلقاء نفسها إلى أن تختبر الاتحاد بالنور الإلهي. قد تشعر بإحساس العوم في الظلام أو الفراغ الكبير، هذا جيد. إنَّه ببساطة انتقال بين الوعي العادي وتوسع الوعي أو تمدده. فقط استرخِ، وكن هادئاً. اطلب بركة رب العالمين ومعلميك الرُّوحيِّين أن يساعدوك على بلوغ الأرقى من الوعي.

قد يتطلّب ذلك عند بعض الأشخاص قضاء سنين قبل التمكن من اختبار اللمحة الأولى من الاستنارة أو الوعي البوذي. بينما عند آخرين يتطلّب بضع أشهر فقط، وأسابيع عند آخرين. في بعض الحالات يتم بلوغ هذا التمدد الأولي للوعي من المحاولات القليلة الأولى. يتم ذلك عادة بمساعدة المرشد الرُّوحي.

عند القيام بهذا التّأمُّل، على المريد أن يبقى حيادياً. عليه ألاَّ يتوجس إزاء النتائج أو يشعر بآمال كبيرة أكثر من اللازم. عندها يكون قد تأمل فعليّاً بالآمال أو بالنتائج المتوقعة أكثر من التّأمُّل على النور، وعلى أوم والفاصل بين كلمتي أوم.

7 ـ التّخلّص من الطّاقة الزائدة.

بعد انتهاء التّأمُّل تخلص من الطّاقة الزائدة عبر مباركة الأرض بالنور، بالحنان المحب، بالسَّلام والازدهار لدقائق إلى أن تشعر بأن جسدك قد عاد إلى طبيعته. بعد التّخلُّص من الطّاقة الزائدة يُمكنك مباركة أشخاص معينين أو مباركة عائلتك وأصدقائك. بمعنى آخر، سوف يُصبح جسمك الطّاقيّ محتقناً وسيشعر المتأمل بوجع في الرأس أو آلام في الصدر. سوف يفسد الجسم الماديّ إلى حد كبير بسبب الطّاقة الزائدة. بعض المدارس الأيزوتيريكية تحرر الطّاقة الزائدة عبر تصور الشّاكرات وهي تطرح الطّاقة الزائدة خارجاً وعبر تصورها وقد أصبحت أصغر حجماً وأبهت. لكن هذا الاتجاه لا يستخدم الطّاقة الزائدة بصُورة منتجة.

8 ـ تقديم الشّكر.

بعد التّأمُّل، قدِّم الشُّكر دائماً للعناية الإلهية ولمرشديك الرُّوحيِّين وللبركات الإلهية.

9 ـ تحرير إضافي للطاقة الزائدة وتقوية الجسد عبر التدليك والمزيد من التمارين الرياضية.

قم بهز جسمك ثلاثين مرة، وبتدليك مختلف أجزائه، ومن ثُمَّ قم بإجراء التمارين الرياضية لعدة دقائق. هذا للاستمرار في التّخلُّص من طاقة البرانا المستخدمة من الجسم. هذا سينظف ويقوي الجسم الماديّ. ويسهل هضم الطّاقات البرانية والروحية، وبالتّالي يعزز جمال وصحة المتمرّن. إن القيام بالتدليك والتمارين الرياضية بعد التّأمُّل يقلل من احتمال التضخم البراني في أماكن مُعيَّنة من الجسد. الّذي قد يُؤدِّي إلى حدوث المرض. يُمكنك أيضاً مُعالجة نفسك بالتدريج من بعض الأمراض عبر القيام بالتمارين الرياضية بعد مُمارسة التّأمُّل على القلبين التوأمين. إنَّه لمن الهام القيام بالتمارين بعد التّأمُّل وإلا سيُصبح الجسم الماديّ ضعيفاً حتماً. فعلى الرَّغم من أن الجسم الأثيري سيُصبح أقوى وأكثر إشراقاً، فإن الجسم الماديّ المرئي سوف يضعف لأنَّه لن يقوى على الصمود أمام الطّاقة المتبقية مع الزمن عبر التّأمُّل. عليك اختبار ذلك بنفسك لتدرك ذلك تماماً.

يميل البعض لا إلى القيام بالتمارين الرياضية بعد التّأمُّل بل متابعة الاستمتاع بحالة النشوة. يجب التغلب على هذا الميل؛ وإلا فإن صحة جسم المريد ستتدهور في النهاية.

بعد إجراء التمارين، قف مباعداً بين ساقيك بعرض الكتفين وركبتيك مثنيتان. كن واعياً لأخمص قدميك، مسلطاً وعيك نحو الأسفل بعمق إلى الأرض وباركها بصمت قائلاً:

لتتبارك الأرض الأم

بالنور الإلهي، بالمحبّة وبالقوة.

لتتجدد الأرض الأم،

أنا متجذر مع الأرض ومتصل معها.

هذا سيعيد وعيك إلى جسمك المادِّيّ. وسيمكن المتأمل من التعامل مع شؤون الحياة اليوميَّة والقيام بعمله بصُورة حسنة. لدى الكثير من الممارسين الرُّوحيِّين مشاكل في المُحافظة على ممارساتهم اليوميَّة، ذلك لأنهم غير متجذرين بالأرض أو متصلين بها.

قد تبدو التعليمات طويلة، لكن زمن التَّأمُّل قصير وسهل وفعال للغاية! إنَّه يتطلَّب منك ثلاثين دقيقة فقط بما في ذلك زمن التمارين الرياضية.

ثمَّة درجات مُتعدِّدة من الاستنارة. فهناك فن الحدس، أو المعرفة المركبة المُباشرة الَّذي يتطلَّب زمناً طويلاً من التَّأمُّل المتواصل.

يُمكن مُمارسة تأمل مباركة الأرض بالحنان المُحبّ من قبل مجموعة كشكل من أشكال خدمة العالم. وعندما تجرى لهذه الغاية، يجب مباركة الأرض بالحنان المُحبّ بداية عبر شاكرا القلب، ثُمَّ عبر شاكرا التَّاج ثُمَّ أخيراً عبر الشاكراتين معاً. تخلص من الطَّاقة الزائدة بعد نهاية التَّأمُّل. يُمكن أن توجه كمباركة ليس فقط إلى الأرض كلها لكن إلى شعب مُعيَّن أو مجموعة من الشُّعُوب. إن فعاليَّة المُباركة ترتفع أضعافاً عندما تُؤدى من قبل مجموعة منها عندما تُؤدى فردياً. تُوجد طريقة أُخرى بمباركة الأرض كمجموعة وهي إذاعة يوميَّة عبر الراديو في موعد مُحدَّد بمشاركة بعض المستمعين أو الكثير منهم.

وكما يُمكن للمعالجة البرانية شفاء أمراض بسيطة وخطيرة بصُورة إعجازية، فإن مُمارسة التَّأمُّل على القلبين التوأمين من قبل عدد كبير من الناس، يُمكن مُعالجة الأرض كلها بصُورة إعجازية، وبالتَّالي

جعلها أكثر انسجاماً وسلاماً. هذه الرسالة توجه إلى القراء الناضجين كفاية والذين لديهم الإرادة لفعل الخير.

تأمل المعالجة الذَّاتيَّة

قد تقوم بمعالجة ذاتية بعد التَّأمُّل على القلبين التوأمين.

إنَّه عبر القيام بتأمل القلبين التوأمين، فإن مركز التَّاج يُصبح منشطاً إلى درجة كبيرة. مركز التَّاج هُو مركز دخول الطَّاقة الإلهية إلى الجسد. عندما تدخل هذه الطَّاقة الإلهية إلى الجسم بكميات كبيرة، فإنَّها تظهر كنور أبيض سائل لماع. هذه الطَّاقة الإلهية لها قدرة شفائية هائلة. ببساطة وجه هذه الطَّاقة الشافية إلى أعضاء جسمك المُختلفة للشفاء الذاتي أو للمحافظة على الصِّحَّة الجيدة والوقاية.

قبل البدء، يُمكنك استخدام الدعاء التَّالي:

إلى الإله الأكبر، إلى مُعلّمي الروحي، إلى جميع المُعلّمين الروحيين، إلى جميع القديسين، الملائكة المُقدَّسة. ملائكة الشفاء، وسطاء الشفاء وإلى جميع العظماء، شكراً للبركات وشكراً للشفاء.

1 ـ أغمض عينيك وألصق لسانك إلى سقف حلقك.

2 ـ تخيل النُّور الأبيض السائل اللماع فوق تاجك. إنَّه يدخل إلى تاجك، رأسك، ذراعيك وساقيك. إنَّه يسيل إلى رأسك وجسمك، ويخرج من يديك ومن قدميك.

3 ـ النُّور الأبيض السائل اللماع يسيل إلى دماغك، إلى دماغك الأيمن، وإلى دماغك الأيسر، الأمامي، الخلفي والوسط. دماغك كله مضيء وسليم.

4 ـ الغدة النخامية والصنوبرية مليئتان بالنور الأبيض السائل اللماع. إنهما مليئتان بالنور والحياة.

5 ـ النُّور الإلهي الشافي يسيل إلى عينيك، أنفك، أذنيك، لثتك وإلى فمك. إنَّها مليئة بالنور والحياة. إنَّها سليمة. رأسك مليء بالنور وبالحياة.

6 ـ فكك، حلقك، رقبتك مليئة بالنور الأبيض السائل اللماع. إنَّها سليمة.

7 ـ عمودك الفقري مليء بالنور الشافي اللماع. يضيء أكثر فأكثر. قد أصبح مرناً أكثر فأكثر. العمود الفقري كاملاً مليء بالنور السائل اللماع، خُصُوصاً الجزء الأسفل وقاعدته. إنَّه مضيء وسليم.

8 ـ رئتاك مليئتان بالنور الأبيض السائل اللماع. رئتاك مضيئتان وسليمتان. مليئتان بالضوء والحياة. بالطاقة الشافية الإلهية.

9 ـ قلبك والغدة الصنوبرية مليئتان بالنور الأبيض السائل اللماع. إنهما مليئان بالضوء وسليمان.

10 ـ ثدياك مليئان بالطاقة الإلهية الشافية. إنهما مضيئان وسليمان.

11 ـ الكبد والمرارة، في أسفل القفص الصدري من الجهة اليمنى مليئان بالنور الأبيض السائل اللماع. إنهما مضيئان وسليمان.

12 ـ الطِّحال المتوضع في أسفل القفص الصدري من الجهة اليسرى مليء بالنور الأبيض السائل اللماع. إنَّه مضيء، سليم وقوي.

13 ـ المعدة، البنكرياس والأمعاء الغليظة والدقيقة مليئة بالنور السائل الأبيض اللماع. إنَّها مضيئة وسليمة.

14 ـ كليتاك والغدتان الكظريتان مليئتان بالنور السائل اللماع. إنهما مليئة بالنور الشافي وبالحياة. إنَّها مضيئة وسليمة.

15 ـ أعضاؤك التناسلية والمثانة مليئة بالضوء الأبيض السائل اللماع. إنَّها مضيئة قويَّة وسليمة.

16 ـ الأكتاف مليئة بالضوء الأبيض السائل اللماع. إنَّها مسترخية ومليئة بالنور.

17 ـ ذراعاك مليئتان بالنور الأبيض السائل اللماع. مضيئتان وسليمتان. تحت الإبط، الأكواع، الرسغان اليدان والأصابع مليئة بالنور الأبيض السائل اللماع. إنَّها مضيئة وسليمة.

18 ـ ساقاك مليئتان بالنور الأبيض السائل اللماع. مليئتان بالضوء والحياة. الورك، الركبة الكاحل والقدم كلها مليئة بالضوء الأبيض السائل اللماع. إنَّها سليمة وقوية.

19 ـ كل خلية في الجسم، كل خلية في الدم مليئة بالنور الأبيض السائل اللماع. دمك نقي، دمك مليء بالنور الأبيض وبالحياة.

20 الغدد الصم سليمة وتعمل بشكل متناسق. كل عُضو في جسمك سليم ومليء بالحياة.

21 ـ كل جسمك مليء بالضوء ومليء بالحياة. إنَّه سليم، إنَّه قوي، أكِّد بصوت عالٍ:

«أنا سعيد، أنا مليء بالحياة والمحبة. جسمي سليم. ليكن كذلك.

يمكن استخدام الإبتهال التالي في نهاية المعالجة الذاتية:

إلى الإله الأكبر، إلى مُعلّمي الروحي، إلى جميع
المُعلّمين الروحيين، إلى كل القديسين، وملائكة الشفاء،
وسطاء الشفاء والى جميع العظماء،
نشكركم جميعاً للبركات والشفاء.
بإيمان صادق. ليكن كذلك.

الملحق (4)

دورات المُعلّم تشوا كوك سوي

1 ـ المُعالجة بالبرانا.

2 ـ المُعالجة المتقدمة بالبرانا.

3 ـ العلاج النّفسيّ البراني.

4 ـ العلاج البراني بالكريستال.

5 ـ الدّفاع النّفسيّ.

6 ـ الكرياشاكتي (Kriyshakti) للازدهار والنجاح.

7 ـ تأملات لإدراك الذّات.

8 ـ الأرهاتيك يوغا.

9 ـ كيمياء الجنس الأرهاتية.

10 ـ علم تطوير البصيرة.

11 ـ علم طاقة المكان (Feng-shui).

12 تأمل في الصّلاة الإلهية وعلوم أُخرى.

وللمزيد من المعلومات اتصل:

INSTITUTE FOR INNER STUDIES, INC.
PO. Box 4903
Makati Central Post Office
Makati City 1289, Philippines
Tel. No; (63-2) 819-1874, 812-2326, 813-2562
Fax No: (63-2) 731-3828
E- mails: iis@i-next.net, innerstudies@pacific.net.ph
website: www.globalpranichealing.com

وفي سوريا والشرق الأوسط الاتصال بـ:
«المعهد العربي للأرهاتيك يوغا»
هاتف: (0096394442049)

AIAY@pranaparis.org
www.pranaparis.org

الملحق (5)

مراكز وهيئات العلاج البراني

INSTITUTE FOR INNER STUDIES, INC.
P.O. Box 4903 Makati Central Post Office
Makati City 1289, Philippines
Tel. Nos: (63-2) 819-1874; 812-2326; 813-2562
Fax No: (63-2) 731-3828
E-mail: iis@i-next.net
innerstudies@pacific.net.ph
Website: www.globalpranichealing .com

WORLD PRANIC HEALING FOUNDATION, INC.
Unit 501, Manila Luxury Condominium, Pearl Drive corner Goldloop,
Ortigas Center, Pasig City, Metro Manila
or
P.O. Box 3521 Makati Central Post Office 1275
Makati City 1275, Philippines
Tel. Nos: (63-2) 635-9732/33
Fax No: (63-2) 636-3367
E-mail: wphf@iconn.com.ph

WORLD PRANIC HEALERS ASSOCIATION, INC.
Unit 501, Manila Luxury Condominium, Pearl Drive corner Goldloop,
Ortigas Center, Pasig City, Metro Manila
or
P.O. Box 3521 Makati Central Post Office 1275
Makati City 1275, Philippines
Tel. Nos: (63-2) 635-9734
E-mail: wph_assoc@hotmail.com

Pranic Healing services, courses, tapes, and compact discs are available in pranic healing centers and organizations in the countries listed below.

For specific addresses, contact numbers, and the complete updated country list, visit the website:

www.supportgmcks.com/directory.htm

ARGENTINA	GERMANY	PUERTO RICO
AUSTRALIA	GUATEMALA	RUSSIA
AUSTRIA	HONG KONG	SCOTLAND
BELGIUM	HUNGARY	SINGAPORE
BULGARIA	INDIA	SLOVENIA
BRAZIL	INDONESIA	SPAIN
CANADA	IRELAND	SWITZERLAND
CARRIBEAN Islands	ITALY	THAILAND
COLOMBIA	KAZACHSTAN	TURKEY
COSTA RICA	KENYA	UNITED KINGDOM
CROATIA	LITHUANIA	UNITED STATES of AMERICA
CZECH REPUBLIC	MALAYSIA	URUGUAY
EL SALVADOR	The NETHERLANDS	VENEZUELA
FINLAND	PORTUGAL	
FRANCE	POLAND	

PLANETARY PEACE MOVEMENT

INTERNATIONAL HEADQUARTERS

Suite 117, G/F Island Plaza, Salcedo Bldg., 105 Alfaro St., Salcedo Village
1227 Makati City, Metro Manila, Philippines
Tel. No: (61-7) 5545-2097
E-mail: ppm_intl@hotmail.com, ppm_intl@yahoogroups.com
Website: www.planetarypeacemovement.com

دليل الأسماء و المصطلحات

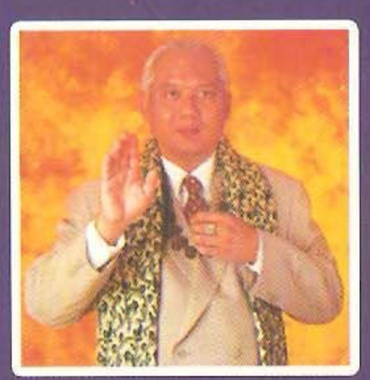
الدفاع النفسي الطاقي

في المسكن ومكان العمل

كثيرة هي الأحداث السلبية التي تصادف الانسان في حياته اليومية، وكثيراً ما نجد أنفسنا ضعافاً عند لقائنا بشخص آخر دون أن نعرف السبب، وموظف يشعر بعدم راحة لحظة دخوله إلى مكان عمله، وغيرها من المشاكل النفسية التي تواجه معظم الناس والتي يقفون أمامها حائرين فاقدين الأمل في إيجاد حلّ يعينهم على الاستمرار والمضي في حياتهم بشكل سليم.

لهؤلاء الاشخاص وغيرهم وضع هذا الكتاب، وهو يتضمن وصفات عملية فعّالة وبسيطة، كانت حكراً لبعض المعلمين الروحيين القدامى.

يقدم المؤلف طرائق متعددة لحماية نفس الفرد من الأفكار السلبية المسلطة عليه ومن تلويث نفسي قد يصيبه، مثل صوغ وتقوية الهالة البشرية، وإزاحة الطاقات والاهتزازات السلبية من الأماكن الملوثة نفسياً، وتقوية الدفاعات النفسية عبر طرائق الهجوم والدفاع المضاد، وتقنيات أخرى لم تعرف من قبل، معظمها تُطرح عبر تطبيق القوانين الكونية المقدسة للحماية والتوازن والانسجام.



حول المؤلف: تشوا كوك سوي هو كاتب ومعلم ذو منزلة عالمية. فليبيني من أصل صيني، حائز على إجازة في الهندسة الكيميائية بالإضافة إلى كونه رجل أعمال ناجح، قاد العديد من المحاضرات وأشرف على أعمال في مختلف أرجاء العالم تتعلق بالعلوم الداخلية. له مؤلفات عديدة ترجمت إلى معظم لغات العالم. وكان لاطلاقها في الأسواق الأثر الكبير في حلّ الارباك حول ما يخص حقل الطاقة الشفافة.

مرة أخرى يبدع المعلّم تشوا اكتشافاً معرفياً آخر عبر كتابنا «الدفاع النفسي الطاقي».





للطباعة والنشر والتوزيع

بناية يعقوبيان - بلوك ب طابق٣ - شارع الكويت - المنارة - بيروت 2036 6308

لبنان - تلفاكس: 009611-740110 E-Mail: alkhayal@inco.com.lb